

2023-12-06 środa									
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. wydź. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydź. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) 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>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Kawa zbożowa na mleku d/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Gruszką 1 szt. 150 g	Sonda / płynna śn. 400 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 2 500 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidór 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidór 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidór 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.		
II ŚN		Sonda mleczna! 400 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt. (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.					

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 żółta. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółta. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ JAJ, MLE) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE SEL , GLU JECZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ JAJ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / pylna ob. 400 g (GLU PSZ JAJ, SEL)	Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE SEL , GLU JECZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ JAJ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE SEL , GLU JECZ) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ JAJ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	
PN	Kolacja	PD	Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL)							
	Chleb mieszany pszemno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Rzodkiew biała 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 100 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (MLE) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Paprykarz rybno (mirusal)-warzywny() 80 g (RYB) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)
			Sok wielowarzewny pasteryzowany 1 szt							
			Sok wielowarzewny pasteryzowany 1 szt							

<nazwa jednostki> <ulica> , <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-06 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-12-06 środa									
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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2415,44 kcal; B: 97,18 g; T: 67,09 g; Kw. tł. nasy.: 18,71 g; W: 371,22 g; W tym cukry: 67,09 g; Bł.: 36,98 g; Sól: 7,75 g.	E: 2274,10 kcal; B: 97,37 g; T: 57,68 g; Kw. tł. nasy.: 18,11 g; W: 356,88 g; W tym cukry: 67,07 g; Bł.: 36,98 g; Sól: 7,94 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: 4441,50 kcal; B: 438,68 g; T: 118,35 g; Kw. tł. nasy.: 15,82 g; W: 412,31 g; W tym cukry: 69,67 g; Bł.: 29,66 g; Sól: 6,09 g.	E: 2191,60 kcal; B: 92,86 g; T: 59,71 g; Kw. tł. nasy.: 16,00 g; W: 330,82 g; W tym cukry: 71,04 g; Bł.: 30,10 g; Sól: 5,27 g.	E: 2481,74 kcal; B: 106,23 g; T: 72,70 g; Kw. tł. nasy.: 20,54 g; W: 362,59 g; W tym cukry: 80,18 g; Bł.: 33,31 g; Sól: 6,53 g.	E: 2434,14 kcal; B: 101,23 g; T: 75,17 g; Kw. tł. nasy.: 20,70 g; W: 350,02 g; W tym cukry: 80,66 g; Bł.: 33,15 g; Sól: 6,63 g.	E: 2481,74 kcal; B: 106,23 g; T: 72,70 g; Kw. tł. nasy.: 20,54 g; W: 362,59 g; W tym cukry: 80,18 g; Bł.: 33,31 g; Sól: 6,53 g.	E: 2434,14 kcal; B: 101,23 g; T: 75,17 g; Kw. tł. nasy.: 20,70 g; W: 350,02 g; W tym cukry: 80,66 g; Bł.: 33,15 g; Sól: 6,63 g.	E: 2354,86 kcal; B: 105,81 g; T: 57,12 g; Kw. tł. nasy.: 15,01 g; W: 367,53 g; W tym cukry: 80,29 g; Bł.: 30,80 g; Sól: 6,76 g.

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis_ Tygodniowy_posilki_w_wierszach.ft3

strona 3 z 10

Wydrukował: MUFra

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Tokarska 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 363712430
KRŚ 0000601008

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczy 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- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Ryż na mleku 400 ml (MILE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOL) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 80 g (SEL) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MILE GLU ZYT, GLU JECZ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (MILE) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MILE GLU ZYT, GLU JECZ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOL) Papryka konserwowa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gruszka 1 szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MILE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MILE GLU ZYT, GLU JECZ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (MILE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MILE GLU ZYT, GLU JECZ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MILE) Serrek homo. naturalny 50 g (MILE) Dżem 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Poleđwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	
NS II									
Sok wielowarzynowy pasteryzowany 1 szt									
Kanaпка z szynką i salata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)									

2023-12-06 środa

Śniadanie

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- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 100 g Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 100 g Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka wielowarstwowa z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 100 g Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzca kurczaka 100 g Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Drynia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD						Budyni o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)			
	Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 100 g (<u>RYB.</u>) Pomidor biskortki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Rzodkiew biała 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Rzodkiew biała 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 30 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 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>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 50 g (<u>RYB.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 90 g Rukola 10 g Kasza manna na wywarze jarzynowym () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Paprykarz rybno (młuna)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g	
PN	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL.</u>)	Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt	Kanapka z jajkiem i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU ZYT.</u>)		Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt				

2023-12-06 środa

2023-12-06 środa	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- XI Ubogoproteinowa	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
E: 2334,46 kcal; B: 103,00 g; T: 59,73 g; Kw. tł. nasy.: 15,19 g; W: 359,54 g; W tym cukry: 81,65 g; Bł.: 31,23 g; Sól: 6,92 g.	E: 2310,26 kcal; B: 100,59 g; T: 62,05 g; Kw. tł. nasy.: 18,43 g; W: 348,37 g; W tym cukry: 65,82 g; Bł.: 32,82 g; Sól: 6,81 g.	E: 2240,67 kcal; B: 92,96 g; T: 63,42 g; Kw. tł. nasy.: 18,36 g; W: 335,39 g; W tym cukry: 66,30 g; Bł.: 32,65 g; Sól: 6,86 g.	E: 2126,08 kcal; B: 90,33 g; T: 50,37 g; Kw. tł. nasy.: 12,59 g; W: 345,21 g; W tym cukry: 37,79 g; Bł.: 38,69 g; Sól: 7,59 g.	E: 2056,50 kcal; B: 82,70 g; T: 51,74 g; Kw. tł. nasy.: 12,52 g; W: 332,23 g; W tym cukry: 38,27 g; Bł.: 38,51 g; Sól: 7,64 g.	E: 1474,47 kcal; B: 58,98 g; T: 31,14 g; Kw. tł. nasy.: 4,56 g; W: 249,04 g; W tym cukry: 32,75 g; Bł.: 28,85 g; Sól: 4,36 g.	E: 2684,54 kcal; B: 115,34 g; T: 74,59 g; Kw. tł. nasy.: 23,86 g; W: 398,16 g; W tym cukry: 105,06 g; Bł.: 29,92 g; Sól: 6,49 g.	E: 2636,94 kcal; B: 110,34 g; T: 77,06 g; Kw. tł. nasy.: 24,03 g; W: 385,60 g; W tym cukry: 105,54 g; Bł.: 29,76 g; Sól: 6,59 g.	E: 2273,06 kcal; B: 53,52 g; T: 61,27 g; Kw. tł. nasy.: 11,89 g; W: 384,42 g; W tym cukry: 56,16 g; Bł.: 29,57 g; Sól: 2,23 g.	E: 2254,50 kcal; B: 82,55 g; T: 65,56 g; Kw. tł. nasy.: 15,01 g; W: 347,71 g; W tym cukry: 37,00 g; Bł.: 33,15 g; Sól: 8,61 g.	

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowiak/ Przedziarza	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Półżółtaczka Zestaw I	OM- Półżółtaczka Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatoresztkowa
Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT, JECZ.) Margaryna roślinna bez mleczna 0 zaw. 80% tł 15 g Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1 szt.	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU,PSZ, MLE.) Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Pomidor b/bskorki 40 g Salata zielona 20 g Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE.) Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Mus z jabłek () b/c 100 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1 szt.	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT, JECZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Gruszka 1 szt. 150 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Pomidor 80 g Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT, JECZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ.) Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT, JECZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ.) Pomidor 80 g Gruszka 1 szt. 150 g	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT, JECZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Polećwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Papryka konserwowa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gruszka 1 szt. 150 g
Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MLE.)									
II ŚN									

2023-12-06 środa

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatoreszkowa	
Krupnik jęczmienny (bez mleka) 400 ml (<u>SEL, GLU, JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 90 g Dylnia z wody z olejem 50 g Fasolka szparagowa z olejem* 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bukka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos bazylkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Dylnia z wody z olejem 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw 80% tł 15 g Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bukka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Biszkopty 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</u>)				Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny 80 g (<u>RYB.</u>) Rzodkiew biała 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	Kolacja			Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt						
Kanapka z szynką i sałatką (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						

<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,
- WM - WM,