

| 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 żoła. Zestaw II | OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I | |
|---|---|--|--|--|---|--|---|---|--|---|
| Platki pszenne na mleku <u>(GLU PSZ MLE.)</u> Dżem 20 g Pomarańcza 1 szt Chleb razowy pszenno-żytni <u>(GLU PSZ, GLU ZYT.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | 400 ml <u>(GLU PSZ MLE.)</u> Sonda / phymna śn. 400 g <u>(GLU PSZ MLE.)</u> | Sonda / phymna śn. 400 g <u>(GLU PSZ MLE.)</u> | Platki pszenne na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Platki pszenne na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 30 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Ryz na mleku 20 ml <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Ryz na mleku 400 ml <u>(MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Platki pszenne na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Platki pszenne na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | Platki pszenne na mleku 400 ml <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> Bułka pszenna długa krojona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Dżem 20 g Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 100 g <u>(MLE.)</u> Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</u> | |
| Śniadanie | | | | | | | | | | |
| II ŚN | | | | | | | | | | |
| Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Krupnik jęczmienny (400 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Łosoś pieczony w ziołach B 120 g <u>(RYB, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Surówka z kapusty kiszonej z olejem (100 g) Wielowarzynna z ryżem* (400 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Łosoś z pesto bazylowym i pomidorami 120 g <u>(JAJ, RYB, MLE, ORZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Sonda / phymna ob. 400 g <u>(GLU PSZ, JAJ, MLE.)</u> | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt <u>(MLE.)</u> | Cukinia pieczona z olejem (100 g) Krupnik jęczmienny (400 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Łosoś pieczony w ziołach B 120 g <u>(RYB, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Cukinia pieczona z olejem (100 g) Wielowarzynna z ryżem* (400 ml) <u>(MLE, SEL.)</u> Łosoś z pesto bazylowym i pomidorami 120 g <u>(JAJ, RYB, MLE, ORZ.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Kanapka z twarogiem i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt <u>(GLU PSZ, MLE.)</u> | Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE.)</u> | Cukinia pieczona z olejem (100 g) Krupnik jęczmienny (400 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Łosoś pieczony w ziołach B 120 g <u>(RYB, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Cukinia pieczona z olejem (100 g) Wielowarzynna z ryżem (bez mleka) (400 ml) <u>(SEL, GLU JECZ.)</u> Pulpet rybny (łosoś) 100 g <u>(GLU PSZ, JAJ, RYB.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | Cukinia pieczona z olejem (100 g) Krupnik jęczmienny (400 ml) <u>(MLE, SEL, GLU JECZ.)</u> Łosoś pieczony w ziołach B 120 g <u>(RYB, MLE.)</u> Ziemniaki z koperkiem (180 g) <u>(ORZ.)</u> Warzywa po grecku 100 g <u>(GLU PSZ SEL.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml |
| Obiad | | | | | | | | | | |

| OM-I Podstawowa zestaw I | OM-II 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 | |
|--------------------------|---|---|--|--|--|--|---|---|---|---|
| | | Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL) | | | | | | | | |
| PD | Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Chleb mączny pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Sonda mięsna! 400 g (JAJ, SEL) | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata zielona 20 g (PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Sałatka z brokułu, oleju i koperku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata zielona 20 g (PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Brokuł z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata zielona 20 g (PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Brokuł z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata zielona 20 g (PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Brokuł z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata z brokułu, oleju i koperku 80 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU) Sałata zielona 20 g (PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ.) Brokuł z olejem* 80 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | |
| 2023-12-15 piątek | | | | | | | | | | |
| Kolacja | | | | | | | | | | |
| PN | Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt | Sonda ziemniaczana 300 g (JAJ, MLE, SEL) | | | | | | | | |
| | E: 2357,42 kcal; B: 115,82 g; T: 67,19 g; Kw. tł. nasy.: 22,86 g; W: 336,20 g; W tym cukry: 77,35 g; Bł.: 34,36 α; Sól: 8,00 α. | E: 2386,40 kcal; B: 111,26 g; T: 73,48 g; Kw. tł. nasy.: 20,30 g; W: 333,39 g; W tym cukry: 78,08 g; Bł.: 33,72 α; Sól: 8,27 α. | 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 α; Sól: 2,66 α. | E: 2174,28 kcal; B: 113,44 g; T: 60,73 g; Kw. tł. nasy.: 21,04 g; W: 304,13 g; W tym cukry: 79,88 g; Bł.: 28,17 α; Sól: 5,98 α. | E: 2218,56 kcal; B: 108,91 g; T: 67,04 g; Kw. tł. nasy.: 18,48 g; W: 305,10 g; W tym cukry: 84,31 g; Bł.: 27,61 α; Sól: 6,25 α. | E: 1993,25 kcal; B: 103,30 g; T: 55,45 g; Kw. tł. nasy.: 17,56 g; W: 279,63 g; W tym cukry: 55,70 g; Bł.: 25,43 α; Sól: 5,56 α. | E: 2253,77 kcal; B: 104,81 g; T: 61,37 g; Kw. tł. nasy.: 18,94 g; W: 329,97 g; W tym cukry: 71,89 g; Bł.: 25,82 α; Sól: 6,12 α. | E: 2174,28 kcal; B: 114,34 g; T: 61,48 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; W: 301,13 g; W tym cukry: 77,93 g; Bł.: 27,72 α; Sól: 6,04 α. | E: 2131,43 kcal; B: 102,43 g; T: 58,03 g; Kw. tł. nasy.: 18,84 g; W: 309,84 g; W tym cukry: 77,99 g; Bł.: 27,23 α; Sól: 6,37 α. | E: 2138,00 kcal; B: 116,41 g; T: 47,13 g; Kw. tł. nasy.: 16,07 g; W: 324,11 g; W tym cukry: 73,23 g; Bł.: 26,21 α; Sól: 6,64 α. |
| | | | Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt | | | | | | | Kanapka z twarogiem i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.) |

2023-12-15 piątek

| 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 Beźmieczna Zestaw I |
|--|---|---|---|--|--|--|---|---|--|
| <p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</u>)</p> | <p>Platki pszenne na mleku (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</u>)</p> | <p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</u>)</p> | <p>Platki żytnie na mleku (<u>ZYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT</u>) Pomarańcza 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Surołka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z (<u>RYB, MLE</u>) Koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u>) Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Platki pszenne na mleku (<u>MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</u>)</p> | <p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ</u>)</p> | <p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Dżem 50 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU, ZYT</u>) Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska Konserwowa Wlepiżowa, produkt biłkowy wytworzony z połączonej kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> |
| Sok wielowarzynowy pasteryzowany 1 szt. | | | | | | | | | |
| Jogurt naturalny 150g 1 szt. (<u>MLE</u>) | | | | | | | | | |
| <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Wielowarzynowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ JAU, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Wielowarzynowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Wielowarzynowa z ryżem brażowym 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Wielowarzynowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z koperkiem 120 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Wielowarzynowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Knedle ziemniaczane z jabłkiem 300 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Wielowarzynowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem 100 g Krupnik jęczmienny (bez mleka) 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> |

Obiad

II ŚN

Śniadanie

NAPRZÓD CATERING
 ul. Trajektowa 23B, 05-825 Ostrołęka
 tel. 23 892 99 91, 23 84 60 42
 KRS 00008012430

| 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 Bogalobatkowa łatwostrawna Zestaw I | OM- XII Bogalobatkowa łatwostrawna Zestaw II | OM- XIII Niskokalorkowa | OM- XV Bezmięczna Zestaw I |
|--|--|--|---|---|--|--|---|---|----------------------------|
| <p>Butka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Brokuł z olejem* 80 g</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Salatka z brokułu, oleju i koperku 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salatka z brokułu, oleju i koperku 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salatka z brokułu, oleju i koperku 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Kanapka z szynką i sałatą (butka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOŁ</u>)</p> | <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salatka z brokułu, oleju i koperku 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb bezglutenowy 116 g</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml bez mleczna o (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Margaryna roślinna 80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Salatka z brokułu, oleju i koperku 100 g</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOŁ MLE</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | |
| <p>PN</p> <p>Kanapka z twarogiem i sałatą (butka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> | <p>Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt</p> | <p>Kanapka z twarogiem i ogórkiem kiszonym (chleb razowy 70g, margaryna 5g, twaróg 30g, ogórek kiszony) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT</u>)</p> | <p>E: 2413,38 kcal; B: 112,00 g; T: 67,20 g; Kw. tł. nasy.: 16,53 g; W: 359,60 g; W tym cukry: 56,70 g; Bł.: 38,33 g; Sól: 9,45 g.</p> | <p>Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt</p> | <p>Kanapka z twarogiem i sałatą (butka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p> | <p>E: 2505,48 kcal; B: 121,22 g; T: 81,58 g; Kw. tł. nasy.: 23,31 g; W: 333,49 g; W tym cukry: 80,48 g; Bł.: 25,64 g; Sól: 7,67 g.</p> | <p>Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt</p> | <p>Kanapka z szynką i sałatą (butka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOŁ</u>)</p> | |
| <p>PD</p> | <p>E: 2156,28 kcal; B: 106,22 g; T: 58,70 g; Kw. tł. nasy.: 19,89 g; W: 312,22 g; W tym cukry: 69,81 g; Bł.: 31,32 g; Sól: 7,43 g.</p> | <p>E: 2185,26 kcal; B: 101,66 g; T: 64,99 g; Kw. tł. nasy.: 17,33 g; W: 309,41 g; W tym cukry: 70,54 g; Bł.: 30,68 g; Sól: 7,70 g.</p> | <p>E: 2386,60 kcal; B: 116,45 g; T: 60,64 g; Kw. tł. nasy.: 19,01 g; W: 359,60 g; W tym cukry: 55,83 g; Bł.: 37,59 g; Sól: 9,17 g.</p> | <p>E: 1449,59 kcal; B: 64,18 g; T: 19,88 g; Kw. tł. nasy.: 5,32 g; W: 186,54 g; W tym cukry: 30,09 g; Bł.: 23,06 g; Sól: 4,49 g.</p> | <p>E: 2476,50 kcal; B: 125,78 g; T: 75,29 g; Kw. tł. nasy.: 25,87 g; W: 336,30 g; W tym cukry: 79,75 g; Bł.: 26,28 g; Sól: 7,40 g.</p> | <p>E: 2137,91 kcal; B: 36,22 g; T: 52,98 g; Kw. tł. nasy.: 11,92 g; W: 389,29 g; W tym cukry: 61,90 g; Bł.: 32,36 g; Sól: 2,82 g.</p> | <p>E: 2261,20 kcal; B: 89,13 g; T: 67,27 g; Kw. tł. nasy.: 16,45 g; W: 351,63 g; W tym cukry: 34,61 g; Bł.: 33,32 g; Sól: 10,14 g.</p> | | |

2023-12-15 piątek

| OM- XV Bezmleczna Zestaw II | OM- Dzieci 1-3 lat | OM- Pappowata/ Przecierana | OM- Płynna | OM- Wegetariańska | OM- Bezglutenowa | OM- Położnicza Zestaw I | OM- Położnicza Zestaw II | OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I | OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II | | |
|---|--|---|---|--|--|--|--|---|---|--|--|
| <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOL.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.)</p> <p>Serek homo, naturalny 30 g (MLE.)</p> <p>Dżem 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> | <p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Dżem 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo, naturalny 100 g (MLE.)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> | <p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Dżem 20 g</p> <p>Pomarańcza 1 szt</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo, naturalny 100 g (MLE.)</p> <p>Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOL, MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> | <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Dżem 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)</p> <p>Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOL.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> | <p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo, naturalny 100 g (MLE.)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> | <p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Wielowarzynowa z ryżem* () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ.)</p> <p>Ziemniaki z koperkciem () 180 g</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Wielowarzynowa z ryżem* () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE.)</p> <p>Ziemniaki z koperkciem () 180 g</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Wielowarzynowa z ryżem* () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE.)</p> <p>Ziemniaki z koperkciem () 180 g</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Wielowarzynowa z ryżem* () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ.)</p> <p>Ziemniaki z koperkciem () 180 g</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> | <p>Cukinia pieczona z olejem () 100 g</p> <p>Wielowarzynowa z ryżem* () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ.)</p> <p>Ziemniaki z koperkciem () 180 g</p> <p>Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> |

| OM- XV Bezmleczna Zestaw II | OM- Dzieci 1-3lat | OM- Papkowiata/ Przeclerana | OM- Płynna | OM- Wegetariańska | OM- Bezglutenowa | OM- Poloznicza Zestaw I | OM- Poloznicza Zestaw II | OM- Kobieta Karniaca Zestaw I | OM- Kobieta Karniaca Zestaw II | |
|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Banan 1szt. 1 szt | | | | | | Banan 1szt. 1 szt | | | |
| Chleb mieszaný pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT, MLE) | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) | Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ) | Wakaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ, SEL) | Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) | Chleb bezglutenowy 100 g | Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT, MLE) | Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT, MLE) | Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT, MLE) | |
| Miód (25g) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Salata zielona 20 g | Chleb z brokulu, olej i koperku 80 g | Salata z brokulu, olej i koperku 80 g | Salata z brokulu, olej i koperku 80 g | Salata z brokulu, olej i koperku 80 g | |
| Salatka z brokulu, olej i koperku 80 g | Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) | Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody, 60 g (SOJ, MLE) | Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody, 50 g (SOJ, MLE) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT, MLE) | Salatka z brokulu, olej i koperku 80 g | Salatka z brokulu, olej i koperku 80 g | Salatka z brokulu, olej i koperku 80 g | Salatka z brokulu, olej i koperku 80 g | |
| Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLUPSZ, SEL) | Pasta z jaj z koperkiem -diete 30 g (JAJ, MLE) | Brokul z olejem* 100 g | Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody, 50 g (SOJ, MLE) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) | Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ) | Polędwica Sopotcka wieprzowa wędzona parzona z dodatkami wody, 50 g (SOJ, MLE) | Polędwica Sopotcka wieprzowa wędzona parzona z dodatkami wody, 50 g (SOJ, MLE) | Polędwica Sopotcka wieprzowa wędzona parzona z dodatkami wody, 50 g (SOJ, MLE) | |
| Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g | Pomidor b/iskórk 40 g | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | |
| Kolacja | Salata zielona 20 g | | | | | | | | | |
| PN | Sok wielowarzywny pasteryzowany 1 szt | | | | | | | | | |
| Kanapka z szynką i salatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 23g, salatka 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ) | E: 2274,90 kcal; B: 83,99 g; T: 67,47 g; Kw. tł. nasy.: 13,82 g; W: 347,80 g; W tym cukry: 34,89 g; Bł.: 32,18 g; Sól: 10,39 g | E: 1420,16 kcal; B: 56,03 g; T: 33,56 g; Kw. tł. nasy.: 11,81 g; W: 229,70 g; W tym cukry: 99,79 g; Bł.: 20,06 g; Sól: 2,72 g | E: 2082,74 kcal; B: 96,88 g; T: 57,29 g; Kw. tł. nasy.: 17,28 g; W: 305,39 g; W tym cukry: 71,81 g; Bł.: 27,98 g; Sól: 6,21 g | E: 2092,76 kcal; B: 97,38 g; T: 57,24 g; Kw. tł. nasy.: 17,28 g; W: 307,95 g; W tym cukry: 72,52 g; Bł.: 28,92 g; Sól: 5,83 g | E: 2329,96 kcal; B: 85,01 g; T: 58,32 g; Kw. tł. nasy.: 20,34 g; W: 381,67 g; W tym cukry: 85,40 g; Bł.: 37,78 g; Sól: 7,29 g | E: 2109,00 kcal; B: 70,29 g; T: 61,04 g; Kw. tł. nasy.: 14,39 g; W: 329,80 g; W tym cukry: 84,36 g; Bł.: 31,04 g; Sól: 5,36 g | E: 2492,64 kcal; B: 116,81 g; T: 61,81 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; W: 381,51 g; W tym cukry: 117,62 g; Bł.: 35,83 g; Sól: 7,94 g | E: 2521,62 kcal; B: 112,25 g; T: 68,10 g; Kw. tł. nasy.: 18,95 g; W: 378,70 g; W tym cukry: 118,35 g; Bł.: 35,19 g; Sól: 8,21 g | E: 2492,64 kcal; B: 116,81 g; T: 61,81 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; W: 381,51 g; W tym cukry: 117,62 g; Bł.: 35,83 g; Sól: 7,94 g | E: 2521,62 kcal; B: 112,25 g; T: 68,10 g; Kw. tł. nasy.: 18,95 g; W: 378,70 g; W tym cukry: 118,35 g; Bł.: 35,19 g; Sól: 8,21 g |

| 2023-12-15 piątek | | |
|---|-----------|--|
| OM - Bogatostreszkowa | | |
| Platki żytnie na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT.</u>) | Śniadanie | |
| Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT.</u>) | | |
| Pomarańcza 1 szt | | |
| Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) | | |
| Serek homonaturalny 100 g (<u>MLE.</u>) | | |
| Herbata czarna granulowana b/c 300 ml | | |
| II ŚN | | |
| Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ.</u>) | | |
| Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g | | |
| Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB.</u> , <u>MLE.</u>) | | |
| Ziemniaki z koperkiem () 180 g | | |
| Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>) | | |
| Kornpot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml | | |

Wydruk z MAPI Jadospisy 2.23.9.12

Jadospisy_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.ft3

OM- Bogalozeszkowa

| 2023-12-15 piątek | |
|--|---|
| PD | Kolacja |
| | <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.)</p> <p>Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>.)</p> <p>Polewka Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOL</u> <u>MLE</u>.)</p> <p>Sałatka z brokułu, oleju i kopetku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> |
| PN | |
| | <p>Kanapka z twarogiem i ogórkiem kiszonym (chleb razowy 76g, margaryna 5g, twarozek 30g, ogórek kiszony) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.)</p> |
| <p>E: 2327,20 kcal; B: 113,81 g; T: 60,64 g; Kw. tł. nasy.: 19,01 g; W: 348,71 g; W tym cukry: 55,83 g; Bt.: 34,62 g; Sol: 9,17 g.</p> | |

WYDRUKOWAŁ: MUFINA, DATA I GODZINA WYDRUKU: 2023-12-13 07:06:21

<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 - WW,

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772598889 REGON 363712430
KRS 000601008

