

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żóład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żóład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb razowy, pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Ser topiony 25g 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)</p> <p>Ogorek kiszony 80 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ciasto piernik 50 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Pomarańcza 250g 1 szt</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb razowy, pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Ser topiony 25g 1 szt (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)</p> <p>Ogorek kiszony 80 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ciasto piernik 50 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Pomarańcza 250g 1 szt</p> <p>Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Sonda / płynna śn. 400 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.)</p> <p>Serek wiejski ziamisty* 50 g (MLE.)</p> <p>Brokuli gotowany* 80 g (GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.)</p> <p>Serek wiejski ziamisty* 50 g (MLE.)</p> <p>Brokuli gotowany* 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Jogurt brzoskwiniovny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Jogurt brzoskwiniovny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (MLE.)</p> <p>Brokuli gotowany* 80 g (MLE.)</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>
<p>2023-12-25 poniedziałek</p> <p>Śniadanie</p>									
<p>II SN</p>									

8001090000 SRK
 03471163936 NONGONREG368585272779 P1N
 7901402-16 101 301 lok 671 awawortorokraj
 Sp. z o.o. z siedz. w Warszawie, ul. Trajkińska 11A
INGREDIENT DÓZRRPANN

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-25 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-12-25 poniedziałek

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 żołą. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2548,85 kcal; B: 108,31 g; T: 75,02 g; Kw. tł. nasy.: 22,63 g; W: 375,25 g; W tym cukry: 92,94 g; Bł.: 35,29 g; Sól: 11,77 g.	E: 2519,42 kcal; B: 103,84 g; T: 72,72 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; W: 379,22 g; W tym cukry: 95,71 g; Bł.: 38,51 g; Sól: 11,94 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: 2425,65 kcal; B: 111,02 g; T: 64,62 g; Kw. tł. nasy.: 23,01 g; W: 364,31 g; W tym cukry: 110,16 g; Bł.: 31,83 g; Sól: 8,27 g.	E: 2425,47 kcal; B: 109,63 g; T: 63,15 g; Kw. tł. nasy.: 22,14 g; W: 370,38 g; W tym cukry: 115,03 g; Bł.: 35,20 g; Sól: 8,66 g.	E: 2466,86 kcal; B: 117,62 g; T: 66,27 g; Kw. tł. nasy.: 23,07 g; W: 361,99 g; W tym cukry: 106,97 g; Bł.: 29,38 g; Sól: 8,87 g.	E: 2437,43 kcal; B: 113,15 g; T: 63,97 g; Kw. tł. nasy.: 22,11 g; W: 365,96 g; W tym cukry: 109,73 g; Bł.: 32,60 g; Sól: 9,05 g.	E: 2466,86 kcal; B: 117,62 g; T: 66,27 g; Kw. tł. nasy.: 23,07 g; W: 361,99 g; W tym cukry: 106,97 g; Bł.: 29,38 g; Sól: 8,87 g.	E: 2437,43 kcal; B: 113,15 g; T: 63,97 g; Kw. tł. nasy.: 22,11 g; W: 365,96 g; W tym cukry: 109,73 g; Bł.: 32,60 g; Sól: 9,05 g.	E: 2142,11 kcal; B: 103,62 g; T: 41,78 g; Kw. tł. nasy.: 12,24 g; W: 350,37 g; W tym cukry: 86,34 g; Bł.: 29,88 g; Sól: 8,52 g.

<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p>	<p>OM- XI Ubogoenerygetyczna</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Bogatostrawna Zestaw I</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Bogatostrawna Zestaw II</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p>	<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw I</p>
<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g (<u>MLE.</u>) Ciasło drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g (<u>MLE.</u>) Ciasło piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g (<u>SOJ.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomarańcza 250g 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g (<u>SOJ.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomarańcza 250g 1 szt</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 80 g (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g (<u>MLE.</u>) Ciasło piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 116 g (<u>SEL.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 80 g (<u>MLE.</u>) Ciasło piernik 50 g (<u>SO2, GLU PSZ, MLE, JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bezmieczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>SOJ.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw ostrońce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 80 g</p>	<p>Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>
<p>Śniadanie 2023-12-25 poniedziałek</p>									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-25 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-12-25 poniedziałek

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- XI Ubożoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmieczna Zestaw I
E: 2112,68 kcal; B: 99,15 g; T: 39,48 g; Kw. tł. nasy.: 11,28 g; W: 354,34 g; W tym cukry: 89,11 g; Bł.: 33,10 α; Sól: 8,70 α.	E: 2414,12 kcal; B: 107,27 g; T: 62,84 g; Kw. tł. nasy.: 21,90 g; W: 369,85 g; W tym cukry: 88,18 g; Bł.: 34,87 α; Sól: 10,20 α.	E: 2384,69 kcal; B: 102,80 g; T: 60,54 g; Kw. tł. nasy.: 20,94 g; W: 373,82 g; W tym cukry: 90,95 g; Bł.: 38,09 α; Sól: 10,38 α.	E: 2517,54 kcal; B: 114,70 g; T: 61,57 g; Kw. tł. nasy.: 21,48 g; W: 395,12 g; W tym cukry: 65,67 g; Bł.: 37,14 α; Sól: 11,81 α.	E: 2489,82 kcal; B: 110,65 g; T: 59,33 g; Kw. tł. nasy.: 20,55 g; W: 399,00 g; W tym cukry: 68,49 g; Bł.: 40,42 α; Sól: 11,99 α.	E: 1505,44 kcal; B: 69,11 g; T: 20,65 g; Kw. tł. nasy.: 5,19 g; W: 274,28 g; W tym cukry: 67,85 g; Bł.: 31,89 α; Sól: 7,53 α.	E: 2805,18 kcal; B: 127,56 g; T: 79,73 g; Kw. tł. nasy.: 29,63 g; W: 410,22 g; W tym cukry: 113,87 g; Bł.: 32,50 α; Sól: 9,16 α.	E: 2836,17 kcal; B: 123,46 g; T: 77,23 g; Kw. tł. nasy.: 28,62 g; W: 430,58 g; W tym cukry: 117,04 g; Bł.: 37,87 α; Sól: 8,97 α.	E: 2288,22 kcal; B: 36,01 g; T: 62,54 g; Kw. tł. nasy.: 12,14 g; W: 412,79 g; W tym cukry: 81,64 g; Bł.: 44,24 α; Sól: 4,39 α.	E: 2227,98 kcal; B: 86,42 g; T: 64,92 g; Kw. tł. nasy.: 17,16 g; W: 343,08 g; W tym cukry: 59,17 g; Bł.: 37,02 α; Sól: 9,27 α.

2023-12-25 poniedziałek

<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw II</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p>	<p>OM- Pakowal/ Przeclerana</p>	<p>OM- Płynna</p>	<p>OM- Wegetariańska</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw I</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw II</p>	<p>OM- Kobieta Karniaca Zestaw I</p>	<p>OM- Kobieta Karniaca Zestaw II</p>
<p>Platki pszenne na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Jabko pieczone 1szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Bulka pszenna dluga krojona 32 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 40 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>S02</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Bulka pszenna dluga krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 100 g Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 100 g Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 100 g Mus z jabłek () b/c 150 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Brokui gotowany* 80 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>S02</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 80 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>S02</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Jabko 1 szt 1 szt</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Brokui gotowany* 80 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>S02</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Jabko 1 szt 1 szt</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ</u>) Brokui gotowany* 80 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>S02</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Jabko 1 szt 1 szt</p>
<p>II ŚN</p>	<p>Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>						<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>		

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 124 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 6772398589 REGON 363742450
 KRS 0000601008

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowatał Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Północzna Zestaw I	OM- Północzna Zestaw II	OM- Kobieta Karniàca Zestaw I	OM- Kobieta Karniàca Zestaw II
Selerowa z makaronem (bez mleka)() 400 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Filet z indyka gotowany 50 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 90 g Fasolka szparagowa z olejem * 50 g Cukinia pieczona z olejem () 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pupel jaski () 100 g (<u>GLU PSZ JAJ SEL</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Filet z indyka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Filet z indyka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jablka z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD	Budyn o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)					Budyn o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE SEL</u>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Sałata zielona 20 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>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Kalańor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Kalańor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 15 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE SEL</u>) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
PN	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL</u>)	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l -produkt pasteryzowany 1 szt			Kanapka z szynką i pomidorem (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>SOL</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ SOL MLE</u>)			

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-25 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Pzoceterana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
E: 2113,75 kcal; B: 81,13 g; T: 61,68 g; Kw. tł. nasy.: 15,96 g; W: 328,55 g; W tym cukry: 37,59 g; Bł.: 40,50 g; Sól: 9,75 g.	E: 1618,48 kcal; B: 62,09 g; T: 39,58 g; Kw. tł. nasy.: 13,60 g; W: 259,51 g; W tym cukry: 112,02 g; Bł.: 16,21 g; Sól: 5,25 g.	E: 2064,73 kcal; B: 103,39 g; T: 53,71 g; Kw. tł. nasy.: 17,65 g; W: 306,65 g; W tym cukry: 73,34 g; Bł.: 31,20 g; Sól: 8,56 g.	E: 2047,01 kcal; B: 102,91 g; T: 53,91 g; Kw. tł. nasy.: 17,70 g; W: 302,78 g; W tym cukry: 74,06 g; Bł.: 32,34 g; Sól: 8,18 g.	E: 2793,00 kcal; B: 84,11 g; T: 88,97 g; Kw. tł. nasy.: 23,25 g; W: 431,41 g; W tym cukry: 108,83 g; Bł.: 46,19 g; Sól: 10,84 g.	E: 2150,77 kcal; B: 70,76 g; T: 68,65 g; Kw. tł. nasy.: 14,73 g; W: 325,13 g; W tym cukry: 47,12 g; Bł.: 31,81 g; Sól: 4,45 g.	E: 2853,37 kcal; B: 128,21 g; T: 77,22 g; Kw. tł. nasy.: 30,33 g; W: 428,17 g; W tym cukry: 101,17 g; Bł.: 35,19 g; Sól: 10,24 g.	E: 2823,94 kcal; B: 123,74 g; T: 74,92 g; Kw. tł. nasy.: 29,37 g; W: 432,14 g; W tym cukry: 103,94 g; Bł.: 38,41 g; Sól: 10,42 g.	E: 2853,37 kcal; B: 128,21 g; T: 77,22 g; Kw. tł. nasy.: 30,33 g; W: 428,17 g; W tym cukry: 101,17 g; Bł.: 35,19 g; Sól: 10,24 g.	E: 2823,94 kcal; B: 123,74 g; T: 74,92 g; Kw. tł. nasy.: 29,37 g; W: 432,14 g; W tym cukry: 103,94 g; Bł.: 38,41 g; Sól: 10,42 g.

2023-12-25 poniedziałek

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis_ Tygodniowy_posilki_w_wierszach_fr3

Wydrukował: MUFral, Data i godzina wydruku: 2023-12-20 13:03:33

MAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź

NIP 6772398589 REGON 363712430 KRS 00006010020

tel. 71 638 10 00

<nazwa_jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-25 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Bogatolesztkowa

2023-12-25 poniedziałek	
II ŚN	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziemisty 50 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadanej 25 g (SOL.) Ogórek kiszony 80 g Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomarancza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml

OM- Bogatorzeszkowa

2023-12-25 poniedziałek

PN	Kolacja	PD	Obiad

Rosół z makaronem
pechozianistym ()
400 ml (GLU PSZ
SEL)

Filet z indyka
pieczony 100 g

Ziemniaki z

koperkiem () 180 g

Fasolka szparagowa

z olejem * 100 g

Surówka z marchwi i

jabłka z olejem b/c

100 g

Kornpot z aronii i

czarnej porzeczki* b/c
300 ml

Chleb razowy

pszemno-żytni 116 g

(GLU PSZ, GLU ZYT,

GLU ZYT)

Margaryna roślinna

(80% tł.) 10 g (MLE,

MLE)

Sałatka jarzynowa -

dieta () 100 g (MLE,

SEL)

Polejówka wiśniowa

wędzonka wieprzowa

z dodatkimi wody

wędzona parzona 25

g (GLU PSZ, SOL)

Sałata zielona 20 g

Herbata czarna

granulowana b/c 300

ml

Kanapka z szynką i

pomidorem (chleb

razowy 76g,

margaryna 5g, szynka

25g, pomidor 15g) 1

szt (GLU PSZ, SOL,

GLU ZYT)

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

OM- Bogatorzeszkowa

E: 2427,54 kcal; B: 108,40 g; T: 58,57 g; Kw. tł. nasy.: 19,69 g; W: 385,82 g; W t/m cukry: 59,37 g; Bf.: 37,14 g; Sól: 1,57 g;
--

2023-12-25 poniedziałek

Jadłospisy w dniu 2023-12-25 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odź:

- 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,
- WM - WM,

MA PRZÓD CATERING SP. Z O.O.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 677239859 REGON 363712430
KRS 0000601008

