

2023-12-28 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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I		
<p>Platki owsiane na mleku <u>400 ml (MLE, GLU OM,)</u></p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni <u>116 g (GLU PSZ, GLU ZYT,)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE,)</u></p> <p>Polewica wiśniowa wędzronka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona <u>25 g (GLU PSZ, SOL,)</u></p> <p>Ser zofty <u>25 g (MLE,)</u></p> <p>Slupki z marchewki <u>80 g</u></p> <p>Salata zielona <u>20 g</u></p> <p>Banan 1szt. <u>1 szt.</u></p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,)</u></p>		<p>Sonda / plynna śn. <u>400 g (GLU PSZ, MLE,)</u></p>		<p>Platki owsiane na mleku <u>400 ml (MLE, GLU OM,)</u></p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni <u>96 g (GLU PSZ, GLU ZYT,)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE,)</u></p> <p>Polewica wiśniowa wędzronka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona <u>25 g (GLU PSZ, SOL,)</u></p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami <u>80 g (MLE,)</u></p> <p>Slupki z marchewki gotowanej <u>80 g</u></p> <p>Salata zielona <u>20 g</u></p> <p>Banan 1szt. <u>1 szt.</u></p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,)</u></p>		<p>Platki owsiane na mleku <u>400 ml (MLE, GLU OM,)</u></p> <p>Butka pszenna długa krojona <u>76 g (GLU PSZ,)</u></p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) <u>10 g (MLE,)</u></p> <p>Polewica wiśniowa wędzronka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona <u>25 g (GLU PSZ, SOL,)</u></p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami <u>80 g (MLE,)</u></p> <p>Slupki z marchewki gotowanej <u>80 g</u></p> <p>Salata zielona <u>20 g</u></p> <p>Banan 1szt. <u>1 szt.</u></p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,)</u></p>		<p>Platki owsiane na mleku <u>400 ml (MLE, GLU OM,)</u></p> <p>Butka pszenna długa krojona <u>90 g (GLU PSZ,)</u></p> <p>Polewica wiśniowa wędzronka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona <u>25 g (GLU PSZ, SOL,)</u></p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami <u>80 g (MLE,)</u></p> <p>Slupki z marchewki gotowanej <u>80 g</u></p> <p>Salata zielona <u>20 g</u></p> <p>Banan 1szt. <u>1 szt.</u></p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,)</u></p>		<p>Platki owsiane na mleku <u>400 ml (MLE, GLU OM,)</u></p> <p>Butka pszenna długa krojona <u>90 g (GLU PSZ,)</u></p> <p>Polewica wiśniowa wędzronka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona <u>25 g (GLU PSZ, SOL,)</u></p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami <u>80 g (MLE,)</u></p> <p>Slupki z marchewki gotowanej <u>80 g</u></p> <p>Salata zielona <u>20 g</u></p> <p>Banan 1szt. <u>1 szt.</u></p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c <u>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,)</u></p>	
II ŚN	Sonda mleczna! <u>400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</u>										
					Biskopki <u>30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,)</u>						

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
Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Blika wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLUPSZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surowka wielowarstwowa z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLUPSZ.) JAJ. Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Surowka wielowarstwowa z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 400 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Blika wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLUPSZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLUPSZ.) JAJ. Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Blika wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLUPSZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLUPSZ.) JAJ. Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Blika wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLUPSZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLUPSZ.) JAJ. Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Blika wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLUPSZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									
PD									
Kolacja									
Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Słupki papryki kolorowej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Słupki papryki kolorowej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna! 400 g (JAJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt. Kalaiflor gotowany* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-28 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-12-28 czwartek									
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę Sonda ziemniaczana 300 g (JAJ, MLE, SEL)	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 żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt									
PN									
E: 2546,24 kcal; B: 116,62 g; T: 71,46 g; Kw. tł. nasy.: 24,71 g; W: 375,59 g; W tym cukry: 98,75 g; Bt.: 37,86 α; Sól: 8,94 α.	E: 2418,10 kcal; B: 109,16 g; T: 64,42 g; Kw. tł. nasy.: 23,75 g; W: 366,22 g; W tym cukry: 93,27 g; Bt.: 37,11 α; Sól: 8,41 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; Bt.: 21,35 α; Sól: 2,66 α.	E: 2594,53 kcal; B: 118,36 g; T: 69,04 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; W: 399,02 g; W tym cukry: 113,38 g; Bt.: 39,75 α; Sól: 9,15 α.	E: 2521,15 kcal; B: 113,12 g; T: 62,12 g; Kw. tł. nasy.: 19,32 g; W: 401,77 g; W tym cukry: 109,66 g; Bt.: 39,52 α; Sól: 8,94 α.	E: 2522,53 kcal; B: 120,17 g; T: 68,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,09 g; W: 378,63 g; W tym cukry: 115,20 g; Bt.: 36,15 α; Sól: 7,52 α.	E: 2339,73 kcal; B: 110,51 g; T: 58,40 g; Kw. tł. nasy.: 18,87 g; W: 363,96 g; W tym cukry: 106,46 g; Bt.: 31,90 α; Sól: 6,67 α.	E: 2522,53 kcal; B: 120,17 g; T: 68,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,09 g; W: 378,63 g; W tym cukry: 115,20 g; Bt.: 36,15 α; Sól: 7,52 α.	E: 2339,73 kcal; B: 110,51 g; T: 58,40 g; Kw. tł. nasy.: 18,87 g; W: 363,96 g; W tym cukry: 106,46 g; Bt.: 31,90 α; Sól: 6,67 α.	E: 2455,61 kcal; B: 122,45 g; T: 53,24 g; Kw. tł. nasy.: 14,57 g; W: 394,56 g; W tym cukry: 115,34 g; Bt.: 36,66 α; Sól: 7,75 α.

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 Uboogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>)	Płatki 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>) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Poleđwica 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 Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW.</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na wwarze 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 Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 60 g (<u>GLU, PSZ, SOL.</u>) Słupki z marchewki gotowanej 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
2023-12-28 czwartek									
Śniadanie									
Biszkopty 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</u>)									

PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad	PD	Obiad		
	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAL.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 40 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAL.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Surowka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAL.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Surowka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAL.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kluski śląskie * 300 g (JAL.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 100 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 25 g</p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.)</p> <p>Slupki papryki kolorowej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 30 g</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 50 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo.z.dodat.wody w osl.niejad 60 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Kalafior gotowany* 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				

NAPRZOD CATERING SP. Z O.O.
 ul. Traktorowa 128 lok. 301, 09-204-2242
 NIP 677-23-98-88, REGON 140234724
 KRAKÓW, Rybitwy 553712430
 strona 5 z 13

2023-12-28 czwartek									
PN									
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 Bezmleczna Zestaw I
Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, GLU ZYT.)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	
E: 2339,73 kcal; B: 110,31 g; T: 58,40 g; Kw. tł. nasy.: 18,87 g; W: 363,96 g; W tym cukry: 106,46 g; Bt.: 31,90 g; Sol: 6,67 g	E: 2481,43 kcal; B: 111,76 g; T: 66,46 g; Kw. tł. nasy.: 20,02 g; W: 375,92 g; W tym cukry: 104,68 g; Bt.: 39,75 g; Sol: 8,99 g	E: 2355,69 kcal; B: 103,33 g; T: 59,28 g; Kw. tł. nasy.: 19,02 g; W: 368,69 g; W tym cukry: 99,80 g; Bt.: 38,86 g; Sol: 8,46 g	E: 2627,25 kcal; B: 119,98 g; T: 75,48 g; Kw. tł. nasy.: 23,67 g; W: 380,58 g; W tym cukry: 60,12 g; Bt.: 37,22 g; Sol: 10,76 g	E: 2499,11 kcal; B: 112,52 g; T: 68,44 g; Kw. tł. nasy.: 22,71 g; W: 371,21 g; W tym cukry: 54,65 g; Bt.: 36,46 g; Sol: 10,22 g	E: 1476,82 kcal; B: 70,23 g; T: 31,66 g; Kw. tł. nasy.: 5,38 g; W: 242,03 g; W tym cukry: 39,56 g; Bt.: 35,27 g; Sol: 5,70 g	E: 2937,93 kcal; B: 133,95 g; T: 87,45 g; Kw. tł. nasy.: 27,24 g; W: 423,33 g; W tym cukry: 114,90 g; Bt.: 38,74 g; Sol: 11,31 g	E: 2703,47 kcal; B: 122,74 g; T: 72,28 g; Kw. tł. nasy.: 23,85 g; W: 407,98 g; W tym cukry: 109,59 g; Bt.: 40,17 g; Sol: 9,88 g	E: 2439,17 kcal; B: 41,79 g; T: 65,46 g; Kw. tł. nasy.: 17,93 g; W: 435,89 g; W tym cukry: 89,05 g; Bt.: 38,14 g; Sol: 1,89 g	E: 2409,49 kcal; B: 95,82 g; T: 69,39 g; Kw. tł. nasy.: 16,97 g; W: 370,26 g; W tym cukry: 74,69 g; Bt.: 39,71 g; Sol: 10,86 g

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowal/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna dluga krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1 szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bulka pszenna dluga krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzónka parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 50 g (<u>MLE</u>) Slupki z marchewki gotowanej 100 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Slupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>) Poledwica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkowym wody wędzónka parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>) Serek homo o smaku naturalnym z ziółami 80 g (<u>MLE</u>) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)				
2023-12-28 czwartek									
Śniadanie									
Biskopiy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)									
II ŚN									

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pakowata/ Przeclana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Polonizca Zestaw I	OM- Polonizca Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II				
<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ JAU</u>) Sos pomidorowy 40 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ</u>)</p>	<p>Barszcz czernony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ JAU</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki puree () 150 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Bukła pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa klebasa grubo rozdrobniona 30 g Słupki papryki kolorowej 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Bukła pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bukła pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bukła pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 60 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Słupki papryki kolorowej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml													
PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml												

2023-12-28 czwartek

Kolacja

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkował/ Przędziana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Późnicza Zestaw I	OM- Późnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Sok wielowarzynny pasteryzowany 1 szl									
PN									
Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szl (GLUPSZ, SOL.)									
E: 2293,79 kcal; B: 87,70 g; T: 62,24 g; Kw. tł. nasy.: 15,98 g; W: 366,13 g; W tym cukry: 69,82 g; Bt.: 38,79 g; Sól: 10,58 g;	E: 1528,24 kcal; B: 53,60 g; T: 36,38 g; Kw. tł. nasy.: 13,24 g; W: 262,35 g; W tym cukry: 111,96 g; Bt.: 20,24 g; Sól: 3,41 g;	E: 2360,78 kcal; B: 105,41 g; T: 61,28 g; Kw. tł. nasy.: 19,97 g; W: 363,16 g; W tym cukry: 108,10 g; Bt.: 36,69 g; Sól: 7,27 g;	E: 2484,58 kcal; B: 108,12 g; T: 61,60 g; Kw. tł. nasy.: 20,04 g; W: 391,58 g; W tym cukry: 109,24 g; Bt.: 38,43 g; Sól: 7,31 g;	E: 2618,36 kcal; B: 102,12 g; T: 78,13 g; Kw. tł. nasy.: 28,72 g; W: 388,00 g; W tym cukry: 102,12 g; Bt.: 48,76 g; Sól: 7,91 g;	E: 2477,39 kcal; B: 92,60 g; T: 77,48 g; Kw. tł. nasy.: 16,85 g; W: 364,44 g; W tym cukry: 74,59 g; Bt.: 33,56 g; Sól: 3,40 g;	E: 2742,93 kcal; B: 118,44 g; T: 69,04 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; W: 436,10 g; W tym cukry: 138,86 g; Bt.: 39,79 g; Sól: 9,23 g;	E: 2669,55 kcal; B: 113,20 g; T: 62,12 g; Kw. tł. nasy.: 19,32 g; W: 438,85 g; W tym cukry: 135,14 g; Bt.: 39,56 g; Sól: 9,02 g;	E: 2742,93 kcal; B: 118,44 g; T: 69,04 g; Kw. tł. nasy.: 20,26 g; W: 436,10 g; W tym cukry: 138,86 g; Bt.: 39,79 g; Sól: 9,23 g;	E: 2669,55 kcal; B: 113,20 g; T: 62,12 g; Kw. tł. nasy.: 19,32 g; W: 438,85 g; W tym cukry: 135,14 g; Bt.: 39,56 g; Sól: 9,02 g;

2023-12-28 czwartek

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 6772398389 REGON 363712430
 KRS 0000601008

OM-Bogatieszkowa

2023-12-28 czwartek	
II ŚN	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OM,) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE,) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLUPSZ, SOJ,) Ser żółty 25 g (MLE,) Słupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml

OM - Bogatoresztkowa

2023-12-28 czwartek

Obiad	
Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE SEL</u>)	
Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	
Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>)	
Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ</u>)	
Fasolka szparagowa z olejem * 100 g	
Surówka	
Mielonczymna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>)	
Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	
PD	
Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)	
Margaryna roślinna (80% tl.) 10 g (<u>MLE</u>)	
Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.farzo.z.dodat.wody w osł.niejad. 25 g	
Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE</u>)	
Słupki papryki kolorowej 80 g	
Salata zielona 20 g	
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Kolacja	

NAPRZÓD
ul. Traktor
NIP 6772
KRS 0000601008
SD. Z.O.O.
KON. 303712450

<nazwa_jednostki> <ilica>, <kod>

OM- Bogatobesztkowa

2023-12-28 czwartek	
PN	Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ, GLU, ZYT,)
E: 2667,85 kcal; B: 117,34 g; T: 75,48 g; Kw. tł. nasy.: 23,67 g; W: 369,69 g; W tym cukry: 60,12 g; Bł.: 34,25 g; Sól: 10,76 g;	

Jadłospisy w dniu 2023-12-28 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odź:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogólne wg 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,

PRACOWNIA
CATERING SP. Z O.O.
ul. Tatarska 126/bk. 501.91-204 E6-44
REGON 363712401
KOD MIASTA 08

