

<nazwa jednostki> <ulica> <kod>

Jadłospisy w dniu 2024-02-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

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
Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MILE, GLU JECZ) Chleb Graham 116g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25g Papryka świeża 80g Rukola 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Sonda / płynna śn. 400g (GLU PSZ, MILE)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MILE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 76g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MILE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 76g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 76g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 76g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 76g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 90g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 90g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 90g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 90g (SEL) Salata zielona 10g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
Śniadanie									
II ŚN									
Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka pieczona 130g Ziemniaki z koperkiem 180g Surówka Coleslaw 100g (JAJ, MLE, GOR) Szpinaż gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 180g Szpinaż gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Surówka Coleslaw 100g (JAJ, MLE, GOR) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 400g (GLU PSZ, JAJ, MILE)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130g Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130g Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130g Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem 180g Marchew oprószana z olejem 100g Soszynki 100g (GLU PSZ)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka pieczona 130g Ziemniaki z koperkiem 180g Surówka Coleslaw 100g (JAJ, MLE, GOR) Szpinaż gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									

2024-02-11 niedziela

PN	Kolacja		PD
<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2516,19 kcal; B: 134,78 g; T: 88,60 g; Kw. tł. nasy.: 27,72 g; W: 309,42 g; W tym cukry: 70,49 g; Bł.: 30,01 g; Sól: 7,73 g.</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2206,24 kcal; B: 96,30 g; T: 65,73 g; Kw. tł. nasy.: 20,05 g; W: 322,62 g; W tym cukry: 72,20 g; Bł.: 31,27 g; Sól: 7,50 g.</p>	<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL)</p> <p>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.</p>	<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL)</p> <p>E: 2499,27 kcal; B: 126,12 g; T: 84,48 g; Kw. tł. nasy.: 22,66 g; W: 323,34 g; W tym cukry: 56,04 g; Bł.: 27,14 g; Sól: 7,08 g.</p>
<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2217,02 kcal; B: 87,87 g; T: 64,23 g; Kw. tł. nasy.: 15,16 g; W: 337,50 g; W tym cukry: 58,26 g; Bł.: 28,75 g; Sól: 6,86 g.</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2570,21 kcal; B: 133,96 g; T: 88,38 g; Kw. tł. nasy.: 26,24 g; W: 323,69 g; W tym cukry: 70,77 g; Bł.: 27,19 g; Sól: 7,42 g.</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2287,96 kcal; B: 95,71 g; T: 68,13 g; Kw. tł. nasy.: 18,75 g; W: 337,85 g; W tym cukry: 73,00 g; Bł.: 28,80 g; Sól: 7,20 g.</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>E: 2593,61 kcal; B: 133,96 g; T: 90,98 g; Kw. tł. nasy.: 26,41 g; W: 323,69 g; W tym cukry: 70,77 g; Bł.: 27,19 g; Sól: 7,42 g.</p>
<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ SOU)</p> <p>E: 2211,81 kcal; B: 120,35 g; T: 49,26 g; Kw. tł. nasy.: 15,10 g; W: 335,38 g; W tym cukry: 71,55 g; Bł.: 28,68 g; Sól: 7,62 g.</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homio o smaku waniliowym 80 g (MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homio o smaku waniliowym 80 g (MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homio o smaku waniliowym 80 g (MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>

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 Beźnleczna Zestaw I
<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU, JECZ) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (SEL) Satafia zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (SEL) Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb Graham 116 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ) Chleb pszenno-żytni 66 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (SEL) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU, JECZ) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (SEL) Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, JECZ) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE, ZYT) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (SEL) Rukola 1 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, satafia 5g) 1 szt. (GLU, PSZ, SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Obiad</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Klipsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemiaki z koperkiem () 180 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Klipsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Surowka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemiaki z koperkiem () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Klipsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Kndle ziemniaczane z jabłkiem () 200 g (MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemiaki z koperkiem () 180 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Szytnak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

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 II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
PD						Budyń o smaku śmietankowym zlc 300 ml (MLE)			
Kolacja									
Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Serek homo o smaku waniliowym 80 g (MLE) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 80 g (MLE) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Jablko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Serek homo o smaku waniliowym 50 g (MLE) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 120 g (MLE) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Serek homo o smaku waniliowym 30 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Jablko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Poledwica Soppocka drożdżowo-więpżowa wędzona parzona 60 g (SOL) Sałata zielona 20 g Jablko pieczone 1szt. 1 szt	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	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
PN									
Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU, ZYT)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Sok wielowarzynowy pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)
E: 2240,54 kcal; B: 99,86 g; T: 56,74 g; Kw. tł. nasy.: 15,54 g; W: 347,21 g; W tyjm cukry: 73,72 g; Bł.: 30,18 g; Sól: 7,75 g.	E: 2475,15 kcal; B: 128,20 g; T: 85,09 g; Kw. tł. nasy.: 26,40 g; W: 313,58 g; W tyjm cukry: 68,92 g; Bł.: 30,74 g; Sól: 9,04 g.	E: 2192,90 kcal; B: 89,94 g; T: 64,84 g; Kw. tł. nasy.: 18,91 g; W: 327,75 g; W tyjm cukry: 71,14 g; Bł.: 32,35 g; Sól: 8,83 g.	E: 2721,94 kcal; B: 142,75 g; T: 89,85 g; Kw. tł. nasy.: 28,65 g; W: 350,58 g; W tyjm cukry: 67,00 g; Bł.: 34,39 g; Sól: 10,50 g.	E: 2444,46 kcal; B: 104,33 g; T: 69,78 g; Kw. tł. nasy.: 21,21 g; W: 366,61 g; W tyjm cukry: 68,73 g; Bł.: 36,00 g; Sól: 10,25 g.	E: 1330,02 kcal; B: 53,16 g; T: 30,10 g; Kw. tł. nasy.: 4,89 g; W: 225,13 g; W tyjm cukry: 34,12 g; Bł.: 27,64 g; Sól: 6,19 g.	E: 3192,63 kcal; B: 165,92 g; T: 109,28 g; Kw. tł. nasy.: 35,08 g; W: 400,27 g; W tyjm cukry: 111,42 g; Bł.: 28,96 g; Sól: 10,77 g.	E: 2910,38 kcal; B: 127,67 g; T: 89,03 g; Kw. tł. nasy.: 27,59 g; W: 414,43 g; W tyjm cukry: 113,64 g; Bł.: 30,57 g; Sól: 10,55 g.	E: 2000,60 kcal; B: 33,52 g; T: 53,84 g; Kw. tł. nasy.: 11,09 g; W: 358,44 g; W tyjm cukry: 57,54 g; Bł.: 36,99 g; Sól: 3,57 g.	E: 2390,62 kcal; B: 110,30 g; T: 86,90 g; Kw. tł. nasy.: 22,48 g; W: 307,63 g; W tyjm cukry: 32,72 g; Bł.: 33,23 g; Sól: 10,82 g.

2024-02-11 niedziela

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pakowate/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I	OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II					
<p>Kasza jęczmienna na wywarze jęczmionowym 400 ml (<u>SEL, GLU</u>)</p> <p><u>JECZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna 15 g</p> <p>zaw. 80% tł 05 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo z dodat.wody w ost.niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo z dodat.wody w ost.niejad 25 g</p> <p>Pomidor 40 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jęczmionowym 450 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>)</p> <p>Chleb Graham (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Jajko gotowane ki W 1 szt. (<u>JAJ</u>)</p> <p>Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jęczmionowym 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 96 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna 0 zaw.80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f arzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 90 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Chakka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>)</p> <p>Kolejki sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE</u>)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
Obiad														
<p>Kataforowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 200 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 90 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 450 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kataforowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p> <p>Kolejki sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOL, MLE</u>)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kataforowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)</p> <p>Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>					
II ŚN														

OM- XV Beznleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ 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				
Budyn o smaku śmietankowym b/c 300 ml (MLE)													
Kolacja													
<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Poleđwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt.</p> <p>1 szt</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Bulka pszenna dluga krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 30 g</p> <p>Jabłko 150 g</p>	<p>Bulka pszenna dluga krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE)</p> <p>Mus z jabłek () b/c 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Jarzytowa z ziemniakami (bez mleka) () 450 ml (GLUPSZ, SEL)</p>	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE)</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Poleđwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOL)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt.</p> <p>1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>					<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>			
PN													
<p>Kanapka z szynką i sałata, (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p>	<p>E: 2141,86 kcal; B: 72,57 g; T: 65,70 g; Kw. tł. nasy.: 14,93 g; W: 332,01 g; W tym cukry: 34,41 g; Bł.: 35,43 g; Sól: 10,91 g.</p>	<p>E: 1633,67 kcal; B: 64,68 g; T: 42,06 g; Kw. tł. nasy.: 12,59 g; W: 256,39 g; W tym cukry: 60,33 g; Bł.: 15,04 g; Sól: 4,51 g.</p>	<p>E: 2100,44 kcal; B: 85,72 g; T: 68,17 g; Kw. tł. nasy.: 18,76 g; W: 304,28 g; W tym cukry: 42,99 g; Bł.: 36,02 g; Sól: 6,81 g.</p>	<p>E: 2372,30 kcal; B: 102,00 g; T: 80,18 g; Kw. tł. nasy.: 27,13 g; W: 322,04 g; W tym cukry: 72,19 g; Bł.: 36,72 g; Sól: 7,44 g.</p>	<p>E: 2088,44 kcal; B: 82,44 g; T: 81,62 g; Kw. tł. nasy.: 18,07 g; W: 264,49 g; W tym cukry: 32,09 g; Bł.: 23,78 g; Sól: 6,48 g.</p>	<p>E: 3056,11 kcal; B: 147,63 g; T: 96,99 g; Kw. tł. nasy.: 30,04 g; W: 414,06 g; W tym cukry: 97,60 g; Bł.: 31,46 g; Sól: 9,70 g.</p>	<p>E: 2773,86 kcal; B: 109,37 g; T: 76,74 g; Kw. tł. nasy.: 22,55 g; W: 428,23 g; W tym cukry: 99,82 g; Bł.: 33,07 g; Sól: 9,49 g.</p>	<p>E: 3056,11 kcal; B: 147,63 g; T: 96,99 g; Kw. tł. nasy.: 30,04 g; W: 414,06 g; W tym cukry: 97,60 g; Bł.: 31,46 g; Sól: 9,70 g.</p>	<p>E: 2773,86 kcal; B: 109,37 g; T: 76,74 g; Kw. tł. nasy.: 22,55 g; W: 428,23 g; W tym cukry: 99,82 g; Bł.: 33,07 g; Sól: 9,49 g.</p>				

<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. Trajektowa 126, lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398581 / REGON 363712430
KRS 0000601008

