

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 Ubogoproteinogenna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Pasta warzywna () 80 g (SEL) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta warzywna () 80 g (SEL) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE GLU ŻYT GLU JECZ)	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (JAJ MLE SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (JAJ MLE SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta warzywna () 80 g (SEL) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE GLU ŻYT GLU JECZ)	Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasta warzywna () 80 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ SEL) Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasta warzywna () 80 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (JAJ MLE SEL) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Śniadanie									
II ŚN									
Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Pulpet ryбно-warzywny* (młuna) 120 g (GLU PSZ JAJ RYB) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ryż na sytko 150 g (GLU PSZ SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ SEL) Pulpet ryбно-warzywny* (młuna) 120 g (GLU PSZ JAJ RYB) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ryż na sytko 150 g (GLU PSZ SEL) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 250 g (GLU PSZ MLE) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ MLE) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL) Pulpet ryбно-warzywny* (młuna) 120 g (GLU PSZ JAJ RYB) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ryż na sytko 150 g (GLU PSZ SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 400 g (SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL) Pulpet ryбно-warzywny* (młuna) 120 g (GLU PSZ JAJ RYB) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ryż na sytko 150 g (GLU PSZ SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									

2024-02-14 środa

PD	OM- VIII Z ograniczaniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
	Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Ryba gotowana (Miruna) 60 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana 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>)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, sałata 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ MLE GLU ZYT</u>)		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g					
	E: 2194,74 kcal; B: 89,87 g; T: 58,44 g; Kw. tł. nasy.: 17,72 g; W: 345,03 g; W tym cukry: 71,29 g; Bł.: 38,16 g; Sól: 5,82 g.	E: 2388,66 kcal; B: 90,40 g; T: 74,85 g; Kw. tł. nasy.: 24,97 g; W: 359,15 g; W tym cukry: 87,59 g; Bł.: 43,98 g; Sól: 7,40 g.	E: 2352,51 kcal; B: 87,79 g; T: 71,78 g; Kw. tł. nasy.: 23,95 g; W: 358,41 g; W tym cukry: 88,29 g; Bł.: 45,16 g; Sól: 7,90 g.	E: 2551,28 kcal; B: 104,33 g; T: 68,84 g; Kw. tł. nasy.: 23,01 g; W: 403,31 g; W tym cukry: 64,36 g; Bł.: 49,74 g; Sól: 10,78 g.	E: 2458,96 kcal; B: 98,76 g; T: 67,53 g; Kw. tł. nasy.: 23,84 g; W: 385,71 g; W tym cukry: 66,76 g; Bł.: 44,00 g; Sól: 10,28 g.	E: 1401,15 kcal; B: 56,10 g; T: 34,96 g; Kw. tł. nasy.: 10,49 g; W: 229,90 g; W tym cukry: 40,06 g; Bł.: 30,04 g; Sól: 4,62 g.	E: 2673,43 kcal; B: 104,70 g; T: 82,74 g; Kw. tł. nasy.: 29,09 g; W: 372,00 g; W tym cukry: 95,18 g; Bł.: 40,82 g; Sól: 6,94 g.	E: 2574,13 kcal; B: 102,80 g; T: 81,29 g; Kw. tł. nasy.: 28,19 g; W: 377,15 g; W tym cukry: 98,63 g; Bł.: 44,01 g; Sól: 7,61 g.	E: 2125,58 kcal; B: 38,08 g; T: 57,34 g; Kw. tł. nasy.: 10,56 g; W: 388,24 g; W tym cukry: 81,94 g; Bł.: 53,09 g; Sól: 3,41 g.	E: 2035,79 kcal; B: 68,16 g; T: 53,61 g; Kw. tł. nasy.: 10,83 g; W: 339,97 g; W tym cukry: 51,95 g; Bł.: 43,65 g; Sól: 7,50 g.

2024-02-14 środa

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ 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 (<u>GLU PSZ SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ SEL ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 30 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 40 g Sałata zielona 20 g Mandarynka Kakao na mleku b/c 150 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serrek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ SEL ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Ser zółty 25 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT GLU JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem (bez mleka) 100 g (<u>JAJ SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 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>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa 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 mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa 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 mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa 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 mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 50 g (<u>JAJ MLE SEL</u>) Serrek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE GLU ZYT GLU JECZ</u>)</p>	<p>Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE GLU JECZ</u>)</p>		
II ŚN	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryba pieczona (Mitruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Naleśniki z serem 100 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 150 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 450 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ RYB SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
Obiad	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryba pieczona (Mitruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Naleśniki z serem 100 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 150 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 450 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ RYB SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (<u>GLU PSZ MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Pulpet ryбно-warzywny* (mitruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB SEL</u>) Sos ziółowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

PN	PD	Kolacja
<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p> <p>E: 2121,44 kcal; B: 87,10 g; T: 54,75 g; Kw. tł. nasy.: 10,63 g; W: 341,87 g; W tym cukry: 60,98 g; Bł.: 48,26 g; Sól: 8,11 g.</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt</p> <p>E: 1279,10 kcal; B: 42,32 g; T: 38,63 g; Kw. tł. nasy.: 13,86 g; W: 207,00 g; W tym cukry: 85,25 g; Bł.: 19,63 g; Sól: 2,46 g.</p>	<p>OM- Papkowata/ Przecierana</p> <p>OM- Ryżna</p> <p>Bukka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (Miruna) 60 g (RYB)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB)</p> <p>Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (SEL)</p> <p>Ryż na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL)</p>
<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p> <p>Pasta warzywna () 100 g (SEL)</p> <p>E: 2069,16 kcal; B: 67,32 g; T: 76,24 g; Kw. tł. nasy.: 25,95 g; W: 299,27 g; W tym cukry: 43,36 g; Bł.: 42,92 g; Sól: 5,34 g.</p>	<p>OM- Wegetariańska</p> <p>OM- Bezglutenowa</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 (Miruna) 60 g (RYB)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Pomidor 80 g (MLE)</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- Pokoźnicza Zestaw I</p> <p>OM- Pokoźnicza Zestaw II</p> <p>OM- Kobieta Karniąca Zestaw I</p> <p>OM- Kobieta Karniąca Zestaw II</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Ryba gotowana (Miruna) 60 g (RYB)</p> <p>Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>E: 3044,18 kcal; B: 113,71 g; T: 81,79 g; Kw. tł. nasy.: 27,43 g; W: 485,14 g; W tym cukry: 112,50 g; Bł.: 48,39 g; Sól: 9,09 g.</p>	<p>E: 1957,45 kcal; B: 54,76 g; T: 72,89 g; Kw. tł. nasy.: 10,71 g; W: 285,17 g; W tym cukry: 52,96 g; Bł.: 35,22 g; Sól: 3,29 g.</p>	<p>E: 2528,18 kcal; B: 96,46 g; T: 73,80 g; Kw. tł. nasy.: 25,40 g; W: 395,92 g; W tym cukry: 106,26 g; Bł.: 39,36 g; Sól: 7,66 g.</p>
<p>E: 2492,02 kcal; B: 93,85 g; T: 70,72 g; Kw. tł. nasy.: 24,38 g; W: 395,17 g; W tym cukry: 106,96 g; Bł.: 40,53 g; Sól: 8,16 g.</p>	<p>E: 2528,18 kcal; B: 96,46 g; T: 73,80 g; Kw. tł. nasy.: 25,40 g; W: 395,92 g; W tym cukry: 106,26 g; Bł.: 39,36 g; Sól: 7,66 g.</p>	<p>E: 2492,02 kcal; B: 93,85 g; T: 70,72 g; Kw. tł. nasy.: 24,38 g; W: 395,17 g; W tym cukry: 106,96 g; Bł.: 40,53 g; Sól: 8,16 g.</p>

2024-02-14 środa

<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,
MM - MM,

NAPRZÓD
ul. Traktorowa 1
NIP 677235850
KRS 000001009
S.A.
51-101
14-104
6042
55/14-130

Kuchnia Ostrow Mazowiecka z Jadlospisow dla diety: OM-III b Do zywienia przez sondę

Nazwa dania/asortymentu	Asortyment
Lp	

Sonda / plynna sn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% il. nv(MLE,)
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)
4	Cukier
5	Maslo 02% il. nv(MLE,)
Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)
3	Cukier
4	Maslo 02% il. nv(MLE,)
5	Mleko w proszku pehne nv(MLE,)
6	Jaja M nv(JAJ,)
7	Suchary bez cukru 285g nv
Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda
2	Wiosczona mroz. 3skl
3	pasli/marchew, pietruszka, seler (SEL, Marchew, Pietruszka korzen, Seler (SEL,)
4	Makaron z pszenicy zwycajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)
5	Udziec z kurczaka b/k b/s
6	Maka pszenna (GLU PSZ, Woda, Kurkuma
7	Jaja M nv(JAJ,)
Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)	
1	Woda
2	Ziemnaki
3	Marchew
4	Udziec z kurczaka b/k b/s
5	Seler (SEL,)
6	Maslo 02% il. nv(MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)
Sonda mleczna 5 400 g (JAJ, SEL,)	
1	Woda
2	Udziec z kurczaka b/k b/s
3	Ziemnaki obrane
4	Marchew obrana
5	Pietruszka obrana
6	Cukier
7	Seler obrany (SEL,)
8	Oil rzepakowy nv
9	Jaja M nv(JAJ,)

NAPPZOD CMT-RTING SP. Z O.O.
 ul. Traktorowa 128 103, 003 1-204 6047
 NIP 6772398589 REGON 1455712430
 KR5 0090501098

