

Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 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.so ku żołąd. Zestaw I	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żołąd. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Polewka wiśniowa wędzorka więprzowa z dodatkowym wody wędzorka parzona 25 g (GLU PSZ, SOL)</p> <p>Jajko gotowane ki.M. 1 szt (JAJ)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomarańcza 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/syplik 150 g (GLU JECZ)</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
PD		Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			

Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 poniedziałek										
PN	Kolacja									
<p>OM-I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni <b>GLU ZYT</b> 96 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z makrelą wędzoną z warzywami (I) 50 g (<b>RYB. SEL.</b>)                      Baton szynkowy z kurczak 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Papryka świeża 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-I Podstawowa zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 285,38 kcal; Białko ogółem: 110,76 g; Tłuszcz: 83,21 g; Kw. tł. nasy.: 24,93 g; Węglowodany ogółem: 433,84 g; W tym cukry: 139,88 g; Błonnik pok.: 38,17 g; Sól: 8,07 g.</p>	<p>OM-III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda mięsna! 400 g (<b>JAU, SEL.</b>)</p>	<p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Wartość energetyczna: 2196,79 kcal; Białko ogółem: 118,24 g; Tłuszcz: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; Węglowodany ogółem: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Błonnik pok.: 21,35 g; Sól: 2,66 g.</p>	<p>OM-V Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2685,80 kcal; Białko ogółem: 102,03 g; Tłuszcz: 69,41 g; Kw. tł. nasy.: 23,67 g; Węglowodany ogółem: 430,16 g; W tym cukry: 145,52 g; Błonnik pok.: 34,00 g; Sól: 5,81 g.</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Wartość energetyczna: 2239,61 kcal; Białko ogółem: 96,98 g; Tłuszcz: 59,06 g; Kw. tł. nasy.: 16,77 g; Węglowodany ogółem: 346,06 g; W tym cukry: 113,29 g; Błonnik pok.: 34,15 g; Sól: 6,55 g.</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2795,03 kcal; Białko ogółem: 113,46 g; Tłuszcz: 75,39 g; Kw. tł. nasy.: 27,24 g; Węglowodany ogółem: 432,03 g; W tym cukry: 147,77 g; Błonnik pok.: 33,97 g; Sól: 6,22 g.</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Wartość energetyczna: 2331,84 kcal; Białko ogółem: 107,77 g; Tłuszcz: 63,84 g; Kw. tł. nasy.: 20,23 g; Węglowodany ogółem: 347,02 g; W tym cukry: 115,05 g; Błonnik pok.: 34,12 g; Sól: 6,93 g.</p>	<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żobad. Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami (I) 50 g (<b>RYB. SEL.</b>)                      Baton szynkowy z kurczak 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Pomidor biskorki 80 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żola. Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna (80% t.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami (I) 50 g (<b>RYB. SEL.</b>)                      Baton szynkowy z kurczak 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami (I) 50 g (<b>RYB. SEL.</b>)                      Baton szynkowy z kurczak 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Wartość energetyczna: 285,38 kcal; Białko ogółem: 110,76 g; Tłuszcz: 83,21 g; Kw. tł. nasy.: 24,93 g; Węglowodany ogółem: 433,84 g; W tym cukry: 139,88 g; Błonnik pok.: 38,17 g; Sól: 8,07 g.</p>	<p>Sonda ziemniaczana 300 g (<b>JAU, MLE, SEL.</b>)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (<b>GLU PSZ, SOL.</b>)</p>	

Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 poniedziałek												
Śniadanie	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Patki owsiane na mleku 100 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona wieprzowa z dodatkowym wodę z dodatkowym wodę</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 50 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Cukinia pieczona z olejem 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, JECZ</u>)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 50 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Cukinia pieczona z olejem 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, JECZ</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 50 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Pomarańcza 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 30 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Pomarańcza 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 30 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Pomarańcza 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 50 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Cukinia pieczona z olejem 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, JECZ</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa Łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Patki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona parzona z dodatkowym wodę 50 g (<u>GLU, PSZ, SOL</u>)                      Cukinia pieczona z olejem 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, JECZ</u>)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Patki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>)                      Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)                      Polewka wiśniowa wędziona wieprzowa z dodatkowym wodę 15 g                      Cukinia pieczona z olejem 100 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>Patki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Polewka wiśniowa wędziona wieprzowa z dodatkowym wodę 60 g                      Cukinia pieczona z olejem 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Banan 1 szt. 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		
	II ŚN	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>
Obiad	<p>Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Bika z filia kurczaka 10 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Sos ziołowy* 30 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Marchew oproszana z olejem 200 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Pierogi z twarogiem 300 g (<u>GLU, PSZ, JAU, MLE</u>)                      Mięs z jablek prażonych 50 g                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Bika z filia kurczaka 90 g (<u>GLU, PSZ</u>)                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Pierogi z twarogiem 300 g (<u>GLU, PSZ, JAU, MLE</u>)                      Mięs z jablek prażonych 50 g                      Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL</u>)                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kaszotto jęczmiennie z warzywami wegetariańskie* 400 g (<u>SEL, GLU, JECZ</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g                      Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, SEL</u>)                      Kasza jęczmienna/syplik 150 g (<u>GLU, JECZ</u>)                      Marchew gotowana z olejem 200 g                      Kompot z aronii i czamej porzeczki* z/c 300 ml</p>		
	PD	<p>Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml (<u>MLE</u>)</p>										

Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 poniedziałek					
PN	Kolacja				
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Butka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Papryka świeża 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)                      Pomidor 80 g                      Salsata zielona 20 g                      Kasza kukurydziana na wywarze jęczmiovym 400 ml (<u>SEL</u>)                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Pasta z ryby gotowanej (młnuna) z warzywami () 50 g (<u>RYB, SEL</u>)                      Salsata zielona 20 g                      Pomidor biskorki 80 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		
<p>Kanapka z szynką i pomidorem (butka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, GLU ZYT</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (butka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p>
<p>Wartość energetyczna: 1962,82 kcal; Białko ogółem: 75,99 g; Tłuszcz: 41,79 g; Kw. tł. nasy.: 10,24 g; Węglowodany ogółem: 335,87 g; W tym cukry: 94,89 g; Błonnik pok.: 30,21 g; Soli: 7,08 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2777,03 kcal; Białko ogółem: 105,35 g; Tłuszcz: 72,61 g; Kw. tł. nasy.: 25,62 g; Węglowodany ogółem: 443,12 g; W tym cukry: 139,64 g; Błonnik pok.: 37,57 g; Soli: 7,61 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2330,84 kcal; Białko ogółem: 100,29 g; Tłuszcz: 62,26 g; Kw. tł. nasy.: 18,72 g; Węglowodany ogółem: 359,02 g; W tym cukry: 107,41 g; Błonnik pok.: 37,72 g; Soli: 8,34 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2261,08 kcal; Białko ogółem: 104,97 g; Tłuszcz: 63,83 g; Kw. tł. nasy.: 19,14 g; Węglowodany ogółem: 339,97 g; W tym cukry: 76,51 g; Błonnik pok.: 38,65 g; Soli: 9,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2305,27 kcal; Białko ogółem: 107,60 g; Tłuszcz: 65,95 g; Kw. tł. nasy.: 18,02 g; Węglowodany ogółem: 339,97 g; W tym cukry: 76,40 g; Błonnik pok.: 38,65 g; Soli: 9,21 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1364,04 kcal; Białko ogółem: 61,41 g; Tłuszcz: 24,52 g; Kw. tł. nasy.: 4,10 g; Węglowodany ogółem: 237,08 g; W tym cukry: 46,18 g; Błonnik pok.: 33,88 g; Soli: 5,81 g.</p>
<p>Wartość energetyczna: 3123,49 kcal; Białko ogółem: 124,67 g; Tłuszcz: 82,55 g; Kw. tł. nasy.: 31,51 g; Węglowodany ogółem: 487,21 g; W tym cukry: 176,50 g; Błonnik pok.: 35,83 g; Soli: 7,45 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2603,62 kcal; Białko ogółem: 113,86 g; Tłuszcz: 68,33 g; Kw. tł. nasy.: 24,01 g; Węglowodany ogółem: 399,21 g; W tym cukry: 142,15 g; Błonnik pok.: 35,98 g; Soli: 7,56 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2249,02 kcal; Białko ogółem: 42,62 g; Tłuszcz: 65,43 g; Kw. tł. nasy.: 11,55 g; Węglowodany ogółem: 381,92 g; W tym cukry: 83,09 g; Błonnik pok.: 39,49 g; Soli: 3,85 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2209,83 kcal; Białko ogółem: 92,36 g; Tłuszcz: 63,88 g; Kw. tł. nasy.: 15,73 g; Węglowodany ogółem: 335,33 g; W tym cukry: 77,68 g; Błonnik pok.: 37,93 g; Soli: 8,44 g.</p>		<p>Wartość energetyczna: 2209,83 kcal; Białko ogółem: 92,36 g; Tłuszcz: 63,88 g; Kw. tł. nasy.: 15,73 g; Węglowodany ogółem: 335,33 g; W tym cukry: 77,68 g; Błonnik pok.: 37,93 g; Soli: 8,44 g.</p>



Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 poniedziałek

Om- XV Bezmieczna Zestaw II	Om- Dzieci 1-3 lat	Om- Papkowata/ Przeclerana	Om- Płynna	Om- Wegetariańska	Om- Bezglutenowa	Om- Potocznicza Zestaw I	Om- Potocznicza Zestaw II	Om- Kobieta Karmiąca Zestaw I	Om- Kobieta Karmiąca Zestaw II		
<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL, GLU, OW, PSZ, SEL</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Polejowica wisniowa wędzonna wieprzowa z dodatkowym wodą wędzonną parzona 60 g (<b>GLU, PSZ, SOL</b>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem ( ) 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU, PSZ</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Polejowica wisniowa wędzonna wieprzowa z dodatkowym wodą wędzonną parzona 30 g (<b>GLU, PSZ, SOL</b>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem ( ) 40 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Pomarancza 1 szt</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 450 ml (<b>SEL, GLU, OW, PSZ</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU, PSZ</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Polejowica wisniowa wędzonna wieprzowa z dodatkowym wodą wędzonną parzona 50 g (<b>GLU, PSZ, SOL</b>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g</p> <p>Mus z jabłek b/c 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU, OW</b>)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU, PSZ, GLU, ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Ser toplony 25 g</p> <p>Jajko gotowane KIM 1 szt (<b>JAJ</b>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Pomarancza 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<b>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</b>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Polejowica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzonna parzona 50 g (<b>SOL</b>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem ( ) 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (<b>GLU, PSZ, SEL</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypka Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Naleśniki z serem 300 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b>)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Sos jogurtowy naturalny 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) ( ) 400 ml (<b>SEL</b>)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (<b>SEL</b>)</p> <p>Ryz na sypko 170 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b>)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (<b>GLU, PSZ, SEL</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypka Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Pierogi z twarogiem 300 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b>)</p> <p>Mus z jabłek prażonych 50 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (<b>GLU, PSZ, SEL</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypka Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 300 ml ( <b>MLE</b> )									

Jadłospisy w dniu 2024-03-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-04 poniedziałek									
<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b>)                      Katalifor gotowany z olejem * 100 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>OM- Pakowate/ Przeclerana</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU PSZ, MLE</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b>)                      Katalifor gotowany z olejem * 100 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (<b>SEL</b>)</p>	<p>OM- Pyrima</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Wegetariańska</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Schab gotowany 25 g                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Schab gotowany 25 g                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Pokoźnicza Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Pokoźnicza Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Pasta z ryby gotowanej (młuna) z warzywami ( ) 50 g (<b>RYB, SEL</b>)                      Pomidor biskorki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>PN</p> <p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 3g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna: 1580,75 kcal; Białko ogółem: 62,42 g; Tłuszcz: 37,68 g; Kw. tł. nasy.: 14,23 g; Węglowodany ogółem: 254,73 g; W tym cukry: 108,06 g; Błonnik pok.: 16,81 g; Sól: 3,47 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2069,75 kcal; Białko ogółem: 91,92 g; Tłuszcz: 69,28 g; Kw. tł. nasy.: 18,08 g; Węglowodany ogółem: 286,33 g; W tym cukry: 56,10 g; Błonnik pok.: 37,62 g; Sól: 6,30 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2834,44 kcal; Białko ogółem: 103,96 g; Tłuszcz: 80,81 g; Kw. tł. nasy.: 26,72 g; Węglowodany ogółem: 442,47 g; W tym cukry: 141,66 g; Błonnik pok.: 41,46 g; Sól: 6,82 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2158,52 kcal; Białko ogółem: 73,04 g; Tłuszcz: 62,12 g; Kw. tł. nasy.: 11,85 g; Węglowodany ogółem: 336,85 g; W tym cukry: 65,07 g; Błonnik pok.: 30,40 g; Sól: 3,94 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 3129,23 kcal; Białko ogółem: 121,65 g; Tłuszcz: 81,65 g; Kw. tł. nasy.: 30,99 g; Węglowodany ogółem: 494,28 g; W tym cukry: 173,46 g; Błonnik pok.: 37,63 g; Sól: 8,19 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2683,04 kcal; Białko ogółem: 116,59 g; Tłuszcz: 71,30 g; Kw. tł. nasy.: 24,09 g; Węglowodany ogółem: 410,18 g; W tym cukry: 141,23 g; Błonnik pok.: 37,78 g; Sól: 8,92 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 3181,59 kcal; Białko ogółem: 124,84 g; Tłuszcz: 81,91 g; Kw. tł. nasy.: 31,05 g; Węglowodany ogółem: 504,26 g; W tym cukry: 174,62 g; Błonnik pok.: 38,29 g; Sól: 8,51 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2735,40 kcal; Białko ogółem: 119,78 g; Tłuszcz: 71,56 g; Kw. tł. nasy.: 24,15 g; Węglowodany ogółem: 420,17 g; W tym cukry: 142,39 g; Błonnik pok.: 38,44 g; Sól: 9,24 g.</p>	

Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt

## Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
- % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
- % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,





Kuchnia Ostrów Mazowiecka z jadłospisów dla diety: OM- III b Do żywienia przez sondę

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Lp	Asortyment	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
		Składniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% ll. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE), Śmietanka (MLE), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukler	
5	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
2	Sonda mleczna 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukler	
4	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3skł paski/marchew.pietruszka.seler(SEL,)	Marchew, Pietruszka korzeń, Seler (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda, Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
4	Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% ll. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	Sonda mięsna 5 400 g (JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Udziec z kurczaka b/k b/s	
3	Ziemniaki obrane	
4	Marchew obrane	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

