

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do zywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyřd. z soku żořad. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyřd. z soku żořa. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczy Zestaw I
Makaron na mleku (MLE) 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 116 g Chleb razowy pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU, PSZ, MLE)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) 76 g (GLU, PSZ) 10 g Bulka pszenna długa krojona (80% t.) (MLE) 10 g Margaryna rořilna (80% t.) (MLE) 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) 25 g (SOJ) Szynka zielonogorska- wp. parzona 20 g Pomidor b/iskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)
Ciasto drożdżowe 50 g (GLU,PSZ, JAJ, MLE, SO2)									
II ŚN									
Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL, MLE) 400 g Szynteń wołowa 100 g Sos meksykański 50 g (GLU,PSZ) 150 g Ryz na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g (JAJ, MLE, GOR) 100 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL, SEL) 400 g Szynteń wieprzowa duszona 90 g Sos meksykański 50 g (GLU,PSZ) 150 g Ryz na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g (JAJ, MLE, GOR) 100 g Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL)	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) 400 g Szynteń wołowa 100 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL, SEL) 400 g Szynteń wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) 400 g Szynteń wołowa 100 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL, SEL) 400 g Szynteń wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) 400 g Szynteń wołowa 100 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE,SEL, SEL) 400 g Szynteń wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) 400 g Szynteń wołowa 100 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ, SEL) 150 g Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-19 wtorek		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja		Kolacja	
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>Wartość energetyczna: 2443,26 kcal; Białko ogółem: 117,00 g; Tłuszcz: 74,48 g; Kw. tł. nasy.: 21,63 g; Węglowodany ogółem: 341,71 g; W tym cukry: 77,91 g; Błonnik pok.: 32,71 g; Sól: 8,75 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2429,28 kcal; Białko ogółem: 118,02 g; Tłuszcz: 72,16 g; Kw. tł. nasy.: 21,79 g; Węglowodany ogółem: 343,90 g; W tym cukry: 79,05 g; Błonnik pok.: 35,57 g; Sól: 8,45 g</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>Wartość energetyczna: 2391,88 kcal; Białko ogółem: 109,88 g; Tłuszcz: 73,51 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; Węglowodany ogółem: 333,78 g; W tym cukry: 69,52 g; Błonnik pok.: 25,85 g; Sól: 7,17 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2377,91 kcal; Białko ogółem: 110,91 g; Tłuszcz: 71,18 g; Kw. tł. nasy.: 21,67 g; Węglowodany ogółem: 335,97 g; W tym cukry: 70,66 g; Błonnik pok.: 28,71 g; Sól: 6,88 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2223,40 kcal; Białko ogółem: 99,89 g; Tłuszcz: 67,60 g; Kw. tł. nasy.: 18,00 g; Węglowodany ogółem: 315,38 g; W tym cukry: 54,96 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 6,83 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2209,43 kcal; Białko ogółem: 100,92 g; Tłuszcz: 65,28 g; Kw. tł. nasy.: 18,16 g; Węglowodany ogółem: 317,57 g; W tym cukry: 56,10 g; Błonnik pok.: 28,68 g; Sól: 6,53 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2436,92 kcal; Białko ogółem: 109,41 g; Tłuszcz: 76,20 g; Kw. tł. nasy.: 21,78 g; Węglowodany ogółem: 339,44 g; W tym cukry: 74,17 g; Błonnik pok.: 26,14 g; Sól: 7,27 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2422,95 kcal; Białko ogółem: 110,44 g; Tłuszcz: 73,88 g; Kw. tł. nasy.: 21,93 g; Węglowodany ogółem: 341,63 g; W tym cukry: 75,31 g; Błonnik pok.: 29,00 g; Sól: 6,98 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2254,93 kcal; Białko ogółem: 111,25 g; Tłuszcz: 58,42 g; Kw. tł. nasy.: 16,93 g; Węglowodany ogółem: 332,88 g; W tym cukry: 69,99 g; Błonnik pok.: 25,82 g; Sól: 7,13 g</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL.)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)</p>		
<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 96 g; Białko ogółem: 10 g; Tłuszcz: 0 g; Kw. tł. nasy.: 0 g; Węglowodany ogółem: 0 g; W tym cukry: 0 g; Błonnik pok.: 0 g; Sól: 0 g</p>

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-19 wtorek									
<p>OM- VII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Jabko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU, ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) Twarożek z koperkciem 30 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Makaron na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE) Szyunka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU,PSZ, SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twarożek z koperkciem 30 g (MLE) Pomidor 100 g Dżem 50 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU,PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>II ŚN</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU,PSZ, JAJ, MLE, SOJ)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ)</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ)</p>
<p>Selerowa z ziemniakami (400 ml (MLE, SEL)) Szyunka wieprzowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL)) Pieczeń wiotowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (400 ml (MLE, SEL)) Szyunka wieprzowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL)) Pieczeń wiotowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (400 ml (MLE, SEL)) Szyunka wieprzowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL)) Pieczeń wiotowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (400 ml (MLE, SEL)) Szyunka wieprzowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL)) Pieczeń wiotowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami (400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL)) Pieczeń wiotowa duszona 90 g Sos własny (50 ml (GLU,PSZ, SEL)) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem (100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:
2024-03-19 wtorek													
PD													
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawsna zestaw I	OM- IX Łatwo strawsna 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				
Bulka pszenna długa krojona (GLU,PSZ) 90 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona PSZ) 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 30 g Mild (25g) 1 szt Salata zielona 20 g	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.parzo.z.dodat.wody w.ost.niejad 60 g						
Kolacja													
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml													
PN													
Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z serem żółtym i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,MLE,GLU,ZYT)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL)					
Wartość energetyczna: 2460,46 kcal; Białko ogółem: 117,78 g; Tłuszcz: 63,09 g; Kw. tł. nasy.: 18,44 g; Węglowodany ogółem: 368,07 g; W tym cukry: 71,13 g; Błonnik pok.: 29,83 g; Sól: 7,30 g	Wartość energetyczna: 2244,38 kcal; Białko ogółem: 102,57 g; Tłuszcz: 66,72 g; Kw. tł. nasy.: 20,33 g; Węglowodany ogółem: 321,17 g; W tym cukry: 67,70 g; Błonnik pok.: 28,30 g; Sól: 8,34 g	Wartość energetyczna: 2230,41 kcal; Białko ogółem: 103,60 g; Tłuszcz: 64,40 g; Kw. tł. nasy.: 20,49 g; Węglowodany ogółem: 323,36 g; W tym cukry: 68,84 g; Błonnik pok.: 31,16 g; Sól: 8,05 g	Wartość energetyczna: 2306,55 kcal; Białko ogółem: 102,89 g; Tłuszcz: 75,31 g; Kw. tł. nasy.: 23,18 g; Węglowodany ogółem: 317,99 g; W tym cukry: 57,07 g; Błonnik pok.: 32,96 g; Sól: 9,11 g	Wartość energetyczna: 2292,57 kcal; Białko ogółem: 103,91 g; Tłuszcz: 72,99 g; Kw. tł. nasy.: 23,34 g; Węglowodany ogółem: 320,18 g; W tym cukry: 58,21 g; Błonnik pok.: 35,82 g; Sól: 8,81 g	Wartość energetyczna: 1428,67 kcal; Białko ogółem: 63,57 g; Tłuszcz: 33,79 g; Kw. tł. nasy.: 6,21 g; Węglowodany ogółem: 229,69 g; W tym cukry: 40,10 g; Błonnik pok.: 25,83 g; Sól: 5,46 g	Wartość energetyczna: 2548,17 kcal; Białko ogółem: 119,44 g; Tłuszcz: 82,76 g; Kw. tł. nasy.: 25,36 g; Węglowodany ogółem: 343,62 g; W tym cukry: 77,80 g; Błonnik pok.: 26,11 g; Sól: 8,04 g	Wartość energetyczna: 2534,20 kcal; Białko ogółem: 120,47 g; Tłuszcz: 80,43 g; Kw. tł. nasy.: 25,52 g; Węglowodany ogółem: 345,81 g; W tym cukry: 78,94 g; Błonnik pok.: 28,97 g; Sól: 7,75 g	Wartość energetyczna: 2184,39 kcal; Białko ogółem: 39,36 g; Tłuszcz: 53,13 g; Kw. tł. nasy.: 9,84 g; Węglowodany ogółem: 392,96 g; W tym cukry: 57,66 g; Błonnik pok.: 23,66 g; Sól: 5,39 g	Wartość energetyczna: 2226,47 kcal; Białko ogółem: 87,13 g; Tłuszcz: 69,40 g; Kw. tł. nasy.: 15,77 g; Węglowodany ogółem: 327,97 g; W tym cukry: 37,46 g; Błonnik pok.: 32,17 g; Sól: 9,58 g				

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieiczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Parkowata/ Przeziarana	OM- Pyrna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>) <u>SEL</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska zielonogórska- wp. parzona 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g Twarożek z koperkiem 15 g Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g Pomidor b/skorki 40 g Salata zielona 20 g Jabko pieczone 1 szt. 1 szt Kakao na mleku b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>JAJ</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szyńska zielonogórska- wp. parzona 60 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Selier z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Mus z jabłkiem b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska zielonogórska- wp. parzona 60 g Pomidor b/skorki 80 g Salata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ZYT</u> , <u>GLU JECZ</u>)				
Śniadanie									
II SN									
Selerowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Szyńska wiązowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny 30 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 90 g Fasolka szparagowa z olejem * 50 g Salata z buraczków i jabka z olejem 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>JAJ</u>) Pulpet wołowy 100 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Buraczkę gotowane 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Kotlet ryżowy z serem top 1 koperkiem 150 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Sos meksykański 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Szyńska wiązowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Szyńska wiązowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Szyńska wiązowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Salata z buraczków i jabka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2024-03-19 wtorek

Obiad

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach_fr3

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.

Wydrukował: Muftai, Data i godzinę: 2024-03-13 09:01:30

MAP! CATERING Sp. z o.o.
 ul. Trałowa 13 lok. 301, 91-204 Kłobucko, strona 5 z 7
 NIP 6772 3597 REGON 363712430

Jadłospisy w dniu 2024-03-19 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-19 wtorek									
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>OM- XV Bezmielczna Zestaw II</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)</p>	<p>OM- Papkowata/ Przecierana</p>	<p>OM- Płynna</p>	<p>OM- Wegetariańska</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw I</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw II</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p>
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)</p> <p>Herbata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 25 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g (SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)</p> <p>Kasza manna na wwarzale jarzynowym* 450 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Pasta z soczewicy czerwonol 80 g</p> <p>Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</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 ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel:wp:gr:rozd:wędz:parzo:z:dotat:wody w osł:niejad 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (SOL)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>
<p>Wartość energetyczna: 2212,50 kcal; Białko ogółem: 88,16 g; Tłuszcz: 67,08 g; Kw. tł. nasy.: 15,93 g; Węglowodany ogółem: 330,16 g; W tym cukry: 38,60 g; Błonnik pok.: 35,03 g; Sól: 9,68 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 1490,41 kcal; Białko ogółem: 65,45 g; Tłuszcz: 45,49 g; Kw. tł. nasy.: 14,33 g; Węglowodany ogółem: 210,65 g; W tym cukry: 56,16 g; Błonnik pok.: 16,28 g; Sól: 4,52 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2108,53 kcal; Białko ogółem: 101,56 g; Tłuszcz: 63,98 g; Kw. tł. nasy.: 20,31 g; Węglowodany ogółem: 297,02 g; W tym cukry: 47,20 g; Błonnik pok.: 32,67 g; Sól: 7,15 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2569,10 kcal; Białko ogółem: 91,15 g; Tłuszcz: 89,74 g; Kw. tł. nasy.: 23,98 g; Węglowodany ogółem: 364,17 g; W tym cukry: 76,60 g; Błonnik pok.: 34,44 g; Sól: 7,27 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2106,30 kcal; Białko ogółem: 70,30 g; Tłuszcz: 76,84 g; Kw. tł. nasy.: 14,96 g; Węglowodany ogółem: 290,83 g; W tym cukry: 35,63 g; Błonnik pok.: 23,15 g; Sól: 5,50 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2571,74 kcal; Białko ogółem: 116,21 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 22,25 g; Węglowodany ogółem: 371,20 g; W tym cukry: 75,91 g; Błonnik pok.: 30,11 g; Sól: 9,35 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2557,77 kcal; Białko ogółem: 117,24 g; Tłuszcz: 72,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Węglowodany ogółem: 373,39 g; W tym cukry: 77,05 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 9,06 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2571,74 kcal; Białko ogółem: 116,21 g; Tłuszcz: 74,73 g; Kw. tł. nasy.: 22,25 g; Węglowodany ogółem: 371,20 g; W tym cukry: 75,91 g; Błonnik pok.: 30,11 g; Sól: 9,35 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2557,77 kcal; Białko ogółem: 117,24 g; Tłuszcz: 72,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Węglowodany ogółem: 373,39 g; W tym cukry: 77,05 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 9,06 g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2557,77 kcal; Białko ogółem: 117,24 g; Tłuszcz: 72,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,41 g; Węglowodany ogółem: 373,39 g; W tym cukry: 77,05 g; Błonnik pok.: 32,97 g; Sól: 9,06 g</p>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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% tl. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tl. 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	Cukier	
4	Masło 82% tl. 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. 3ski 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% tl. 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 obrana	
5	Pietruszka obrana	
6	Cukier	
7	Seler obrany(SEL,)	
8	Olej rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

