

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I						
2024-03-24 niedziela															
Śniadanie															
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i makreli wędzonej 50 g (<u>RYB</u>, <u>MLE</u>) Papyka świeża 90 g Rukola 10 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>		<p>Sonda / płynna śn. 1 400 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>)</p>		<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g (<u>RYB</u>, <u>MLE</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g (<u>RYB</u>, <u>MLE</u>) Dymia z wody z olejem 90 g Satała zielona 10 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>		<p>Galaretko o smaku truskawkowym 300 g</p>				<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g (<u>RYB</u>, <u>MLE</u>) Dymia z wody z olejem 90 g Satała zielona 10 g Banan 1szt. 1 szt</p>		<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bukka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g (<u>RYB</u>, <u>MLE</u>) Dymia z wody z olejem 90 g Satała zielona 10 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JECZ</u>)</p>	
II ŚN		Sonda mleczna! 2 400 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )													

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo Zestaw I	OM- IV Łatwo Zestaw II	OM- VI Zestaw I	OM- VI Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Rosół z makaronem 0 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 0 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem 0 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy gotowane 0 180 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Surowka z kapuszy pekińskiej z olejem 0 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)	Rosół z makaronem 0 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem 0 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy gotowane 0 180 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 0 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 0 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem 0 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy gotowane 0 180 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 0 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 0 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 0 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem 0 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy gotowane 0 180 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 0 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 0 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 0 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Obiad									
PD		Sonda ziemniaczana 4 400 g (JAJ, MLE, SEL.)							

2024-03-24 niedziela

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-24 niedziela									
Kolacja									
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
<p>OM-I Podstawowa zestaw I</p> <p>OM-I Podstawowa zestaw II</p> <p>OM-III b Do żywienia przez sondę</p> <p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>OM-VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żółd. Zestaw I</p> <p>OM-VII Z ogr. sub. pobudz. w ydz. soku żółd. Zestaw II</p> <p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczy Zestaw I</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU</b>, <b>PSZ</b>, <b>GLU</b>, <b>ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<b>SOJ</b>, <b>MLE</b>)</p> <p>Salata zielona z jogurtem 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sonda mięsna! 5 400 g (<b>JAJ</b>, <b>SEL</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<b>GLU</b>, <b>PSZ</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salata zielona z jogurtem 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</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>Wartość energetyczna: 2633,31 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 135,42 g;</p> <p>Tłuszcz: 84,06 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 28,17 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 345,48 g;</p> <p>W tym cukry: 87,92 g; Błonnik pok.: 29,94 g;</p> <p>Sól: 8,54 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2358,15 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 99,26 g; Tłuszcz: 61,67 g; Kw. tł. nasy.: 20,57 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 365,73 g;</p> <p>W tym cukry: 92,10 g; Błonnik pok.: 34,69 g;</p> <p>Sól: 8,51 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2196,79 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 118,24 g;</p> <p>Tłuszcz: 97,32 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 36,43 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 222,76 g;</p> <p>W tym cukry: 89,12 g; Błonnik pok.: 21,35 g;</p> <p>Sól: 2,66 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2582,82 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 130,28 g;</p> <p>Tłuszcz: 78,21 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 24,22 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 348,38 g;</p> <p>W tym cukry: 83,77 g; Błonnik pok.: 24,51 g;</p> <p>Sól: 6,20 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2307,66 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 94,12 g; Tłuszcz: 55,82 g; Kw. tł. nasy.: 16,63 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 368,64 g;</p> <p>W tym cukry: 87,95 g; Błonnik pok.: 29,27 g;</p> <p>Sól: 6,18 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2871,93 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 138,87 g;</p> <p>Tłuszcz: 89,66 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 28,02 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 387,68 g;</p> <p>W tym cukry: 117,76 g; Błonnik pok.: 31,63 g;</p> <p>Sól: 7,44 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2596,78 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 102,71 g;</p> <p>Tłuszcz: 67,27 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 20,42 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 407,93 g;</p> <p>W tym cukry: 121,94 g; Błonnik pok.: 36,39 g;</p> <p>Sól: 7,41 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2871,93 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 138,87 g;</p> <p>Tłuszcz: 89,66 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 28,02 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 387,68 g;</p> <p>W tym cukry: 117,76 g; Błonnik pok.: 31,63 g;</p> <p>Sól: 7,44 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2596,78 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 102,71 g;</p> <p>Tłuszcz: 67,27 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 20,42 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 407,93 g;</p> <p>W tym cukry: 121,94 g; Błonnik pok.: 36,39 g;</p> <p>Sól: 7,41 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2755,41 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 142,63 g;</p> <p>Tłuszcz: 71,25 g;</p> <p>Kw. tł. nasy.: 22,34 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 392,78 g;</p> <p>W tym cukry: 109,41 g; Błonnik pok.: 26,01 g;</p> <p>Sól: 7,03 g;</p>

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-24 niedziela									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawsna zestaw I	OM- IX Łatwo strawsna zestaw II	OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Dyńia z wody z olejem 90 g Satała zielona 10 g Banana 1 szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLUZYT</u> ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banana 1 szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLUZYT</u> ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza gryczana na mleku 400 g ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLUZYT</u> ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLUZYT</u> ) Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 30 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banana 1 szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% t.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banana 1 szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% t.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Pastą z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 30 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Banana 1 szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <u>GLUPSZ</u> , <u>GLUZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t. 15 g Szyńka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Banana 1 szt. 1 szt	
Śniadanie									
Galearetka o smaku truskawkowym 300 g									
Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )									

**Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA**

		2024-03-24 niedziela									
PD	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 Ubogenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	
	Selerowa z makaronem (400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAU, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem (400 ml (GLU PSZ, SEL.)) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem (400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAU, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym (400 ml (GLU PSZ, SEL.)) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym (400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAU, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem* (400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem (400 ml (GLU PSZ, SEL.)) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem (400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAU, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (400 ml (SEL.)) Kotlety ziemniaczane (300 g (GLU PSZ, JAU)) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Rosół z makaronem (400 ml (GLU PSZ, SEL.)) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-24 niedziela													
PN	Kolacja												
OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu 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 Ubogoenerygety- czna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I				
Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ</b> <b>MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 9 ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MILE</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 96 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MILE</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MILE</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MILE</b> ) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędz- zona parzona z dodatkiem wody. 100 g ( <b>SOJ, MILE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MILE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MILE</b> ) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 1 szt. Ziemniaczana (bez mleka) 1 szt. 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzo- wa wędz- zona parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Kalafor gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Ziemniaczana (bez mleka) 1 szt. 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, GLUZYT</b> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )
Wartość energetyczna: 2480,26 kcal; Białko ogółem: 106,47 g; Tłuszcz: 48,86 g; Kw. tł. nasy.: 14,75 g; Węglowodany ogółem: 413,04 g; W tym cukry: 113,58 g; Błonnik pok.: 30,77 g; Sól: 7,01 g.	Wartość energetyczna: 2619,19 kcal; Białko ogółem: 136,82 g; Tłuszcz: 83,97 g; Kw. tł. nasy.: 27,99 g; Węglowodany ogółem: 340,71 g; W tym cukry: 86,82 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 8,17 g.	Wartość energetyczna: 2344,03 kcal; Białko ogółem: 100,66 g; Tłuszcz: 61,58 g; Kw. tł. nasy.: 20,39 g; Węglowodany ogółem: 360,97 g; W tym cukry: 91,00 g; Błonnik pok.: 35,48 g; Sól: 8,15 g.	Wartość energetyczna: 2505,63 kcal; Białko ogółem: 136,61 g; Tłuszcz: 88,40 g; Kw. tł. nasy.: 28,61 g; Węglowodany ogółem: 304,99 g; W tym cukry: 58,12 g; Błonnik pok.: 29,44 g; Sól: 9,09 g.	Wartość energetyczna: 2232,18 kcal; Białko ogółem: 100,88 g; Tłuszcz: 66,07 g; Kw. tł. nasy.: 21,05 g; Węglowodany ogółem: 325,16 g; W tym cukry: 62,34 g; Błonnik pok.: 34,26 g; Sól: 9,06 g.	Wartość energetyczna: 1638,06 kcal; Białko ogółem: 87,53 g; Tłuszcz: 50,19 g; Kw. tł. nasy.: 12,29 g; Węglowodany ogółem: 219,57 g; W tym cukry: 41,46 g; Błonnik pok.: 26,19 g; Sól: 5,39 g.	Wartość energetyczna: 3046,56 kcal; Białko ogółem: 159,59 g; Tłuszcz: 96,12 g; Kw. tł. nasy.: 32,59 g; Węglowodany ogółem: 395,07 g; W tym cukry: 114,67 g; Błonnik pok.: 23,46 g; Sól: 8,83 g.	Wartość energetyczna: 2771,40 kcal; Białko ogółem: 123,43 g; Tłuszcz: 73,73 g; Kw. tł. nasy.: 24,99 g; Węglowodany ogółem: 415,33 g; W tym cukry: 118,85 g; Błonnik pok.: 28,22 g; Sól: 8,80 g.	Wartość energetyczna: 2665,66 kcal; Białko ogółem: 45,11 g; Tłuszcz: 64,02 g; Kw. tł. nasy.: 11,79 g; Węglowodany ogółem: 489,92 g; W tym cukry: 85,11 g; Błonnik pok.: 38,12 g; Sól: 2,41 g.	Wartość energetyczna: 2751,10 kcal; Białko ogółem: 120,95 g; Tłuszcz: 89,11 g; Kw. tł. nasy.: 22,95 g; Węglowodany ogółem: 382,45 g; W tym cukry: 56,48 g; Błonnik pok.: 35,65 g; Sól: 9,23 g.				

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pakowata/ 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>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzono, parzona 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 30 g (RYB, MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Banan 1 szt. 1 szt Kakao na mleku b/c 150 ml (MLE.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL.) Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Dyńia z wody 100 g Mus z jabłek () b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej 80 g (RYB, MLE.) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na wodzie 450 ml Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pasta z twarogu i ryby got. (dorsz) z koperkiem 50 g (RYB, MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Galaretko o smaku truskawkowym 300 g</p>			
2024-03-24 niedziela									
Śniadanie									
II									

Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezemleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowała/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
Selerowa z makaronem (bez mleka)() 400 g (GLUPSZ, SEL.) (GLUPSZ, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Rosół z makaronem () 200 ml (GLUPSZ, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 50 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 90 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLUPSZ, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Pulpet jaryski () 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka 13 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka 13 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Selerowa z makaronem () 400 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g	Selerowa z makaronem () 400 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g
Obiad									
Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Brokuł gotowany z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml			Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* (bez glutenu) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Brokuł gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 200 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)							

2024-03-24 niedziela



Jadłospisy w dniu 2024-03-24 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Półznicza Zestaw I	OM- Półznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Półdewica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g ( <b>SOJ</b> ) Kalaflor gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Ziemniaczana (bez mleka) 0 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Półdewica Sopotka wieprzowa, wędzona na parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona ( <b>GLUPSZ</b> ) 32 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> ) Półdewica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Ziemniaczana (bez mleka) 0 450 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLUPSZ, GLUZYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Półdewica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ziemniaczana (bez glutenu, bez mleka) 0 400 ml ( <b>SEL</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona z jogurtem 80 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 2904,69 kcal; Białko ogółem: 147,58 g; Tuszcz: 86,97 g; Kw. tł. nasy.: 29,78 g; Węglowodany ogółem: 393,51 g; W tym cukry: 93,12 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 8,41 g.	Chleb mieszany pszenno-żytni 2629,53 kcal; Białko ogółem: 111,42 g; Tuszcz: 64,58 g; Kw. tł. nasy.: 22,18 g; Węglowodany ogółem: 413,77 g; W tym cukry: 97,30 g; Błonnik pok.: 35,48 g; Sól: 8,39 g.	Karmiąca Zestaw I	Karmiąca Zestaw II
Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									
PN									
Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ</b> )									
Wartość energetyczna: 2458,94 kcal; Białko ogółem: 84,15 g; Tuszcz: 65,52 g; Kw. tł. nasy.: 15,23 g; Węglowodany ogółem: 401,79 g; W tym cukry: 60,17 g; Błonnik pok.: 40,41 g; Sól: 9,18 g.	Wartość energetyczna: 1507,47 kcal; Białko ogółem: 60,73 g; Tuszcz: 36,73 g; Kw. tł. nasy.: 12,71 g; Węglowodany ogółem: 239,27 g; W tym cukry: 91,48 g; Błonnik pok.: 17,35 g; Sól: 3,30 g.	Wartość energetyczna: 2127,33 kcal; Białko ogółem: 89,60 g; Tuszcz: 65,87 g; Kw. tł. nasy.: 19,59 g; Węglowodany ogółem: 307,94 g; W tym cukry: 42,06 g; Błonnik pok.: 37,69 g; Sól: 7,43 g.	Wartość energetyczna: 2637,93 kcal; Białko ogółem: 101,32 g; Tuszcz: 81,89 g; Kw. tł. nasy.: 31,49 g; Węglowodany ogółem: 390,52 g; W tym cukry: 102,97 g; Błonnik pok.: 39,36 g; Sól: 8,18 g.	Wartość energetyczna: 2268,83 kcal; Białko ogółem: 59,74 g; Tuszcz: 58,68 g; Kw. tł. nasy.: 11,54 g; Węglowodany ogółem: 387,25 g; W tym cukry: 68,49 g; Błonnik pok.: 33,25 g; Sól: 4,02 g.	Wartość energetyczna: 2904,69 kcal; Białko ogółem: 147,58 g; Tuszcz: 86,97 g; Kw. tł. nasy.: 29,78 g; Węglowodany ogółem: 393,51 g; W tym cukry: 93,12 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 8,41 g.	Wartość energetyczna: 2629,53 kcal; Białko ogółem: 111,42 g; Tuszcz: 64,58 g; Kw. tł. nasy.: 22,18 g; Węglowodany ogółem: 413,77 g; W tym cukry: 97,30 g; Błonnik pok.: 35,48 g; Sól: 8,39 g.	Wartość energetyczna: 2904,69 kcal; Białko ogółem: 147,58 g; Tuszcz: 86,97 g; Kw. tł. nasy.: 29,78 g; Węglowodany ogółem: 393,51 g; W tym cukry: 97,30 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 8,41 g.	Wartość energetyczna: 2629,53 kcal; Białko ogółem: 111,42 g; Tuszcz: 64,58 g; Kw. tł. nasy.: 22,18 g; Węglowodany ogółem: 413,77 g; W tym cukry: 97,30 g; Błonnik pok.: 35,48 g; Sól: 8,39 g.	

2024-03-24 niedziela

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: MUFnal, Data: 2024-03-24 09:40:24

**NAPRZÓD CATERING S.p. z o.o.**  
ul. Traktorowa 13, 05-110, 05-110, 05-110  
REGON 363712430  
KKS 0000601008

## **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 laktazą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowe, pistacje, migdały,

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,

FUB - Kubin i produkty pochodne,

MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

GLU ZYT - Zboża zawierające gluten żytni,

GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JECZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## **Oznaczenia wskaźników odz.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

S01 - S01,

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,

MM - MM,

### 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
<b>1</b>	<b>Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym 2,5% tł. nv(MLE,)	Twaróg chudy (MLE,), Śmietanka (MLE,), E202, Chlorek wapnia
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
<b>2</b>	<b>Sonda mleczna! 2 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</b>	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
3	Cukier	
4	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
5	Mleko w proszku pełne nv(MLE,)	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
<b>3</b>	<b>Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Włoszczyzna mroż. 3skl paski/marchew.pietruszka.seler(SEL,)	Marchew, Pietruszka korzeń, Seler (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)	Mąka pszenna (GLU PSZ,), Woda, Kurkuma
5	Olej rzepakowy nv	
6	Jaja M nv(JAJ,)	
<b>4</b>	<b>Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL,)</b>	
1	Woda	
2	Ziemniaki	
3	Marchew	
4	Udziec z kurczaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% tł. nv(MLE,)	Śmietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
<b>5</b>	<b>Sonda mięsna! 5 400 g (JAJ, SEL,)</b>	
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,)	

