

Jadłospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki- wiewprzowa, wędzona, parzona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wiewprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 150 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / phymna śn. 1 400 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki- wiewprzowa, wędzona, parzona 25 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kataforowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wiewprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza 150 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kataforowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wiewprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza 150 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki- wiewprzowa, wędzona, parzona 25 g Brokuł gotowany z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki- wiewprzowa, wędzona, parzona 25 g Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki- wiewprzowa, wędzona, parzona 25 g Brokuł gotowany z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wiewprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza 150 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	
Śniadanie		II ŚN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)					
Obiad		PD	Sonda ziemniaczana 4 400 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)							

2024-03-26 wtorek

Jadospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Kolacja	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt																											
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. wyd z soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd z soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	2024-03-26 wtorek																			
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLUZYT</u>, Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Sonda ziemniaczana 4 300 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)</p>		<p>Bułka pszenna duża krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>, Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Bułka pszenna duża krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Bułka pszenna duża krojona 90 g (<u>GLUPSZ</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>, Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		<p>Wartość energetyczna: 2427,42 kcal; Białko ogółem: 109,12 g; Tłuszcz: 77,30 g; Kw. tł. nasy.: 26,05 g; Węglowodany ogółem: 340,76 g; W tym cukry: 75,00 g; Błonnik pok.: 35,15 g; Sól: 8,98 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2350,91 kcal; Białko ogółem: 112,10 g; Tłuszcz: 69,12 g; Kw. tł. nasy.: 25,76 g; Węglowodany ogółem: 338,49 g; W tym cukry: 76,23 g; Błonnik pok.: 38,01 g; Sól: 8,49 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: 2114,73 kcal; Białko ogółem: 97,83 g; Tłuszcz: 56,35 g; Kw. tł. nasy.: 17,12 g; Węglowodany ogółem: 319,69 g; W tym cukry: 68,90 g; Błonnik pok.: 32,92 g; Sól: 5,85 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2191,24 kcal; Białko ogółem: 94,84 g; Tłuszcz: 64,53 g; Kw. tł. nasy.: 17,41 g; Węglowodany ogółem: 321,96 g; W tym cukry: 67,67 g; Błonnik pok.: 30,07 g; Sól: 6,34 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2267,50 kcal; Białko ogółem: 107,15 g; Tłuszcz: 60,86 g; Kw. tł. nasy.: 20,43 g; Węglowodany ogółem: 345,79 g; W tym cukry: 101,78 g; Błonnik pok.: 32,88 g; Sól: 6,28 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2357,99 kcal; Białko ogółem: 104,32 g; Tłuszcz: 69,12 g; Kw. tł. nasy.: 20,73 g; Węglowodany ogółem: 351,88 g; W tym cukry: 102,06 g; Błonnik pok.: 31,34 g; Sól: 6,86 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2269,24 kcal; Białko ogółem: 105,99 g; Tłuszcz: 58,95 g; Kw. tł. nasy.: 20,32 g; Węglowodany ogółem: 352,81 g; W tym cukry: 104,91 g; Błonnik pok.: 34,71 g; Sól: 6,33 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2359,74 kcal; Białko ogółem: 103,16 g; Tłuszcz: 67,21 g; Kw. tł. nasy.: 20,62 g; Węglowodany ogółem: 358,91 g; W tym cukry: 105,19 g; Błonnik pok.: 33,17 g; Sól: 6,90 g;</p>		<p>Wartość energetyczna: 2114,78 kcal; Białko ogółem: 107,03 g; Tłuszcz: 43,45 g; Kw. tł. nasy.: 14,66 g; Węglowodany ogółem: 339,52 g; W tym cukry: 93,21 g; Błonnik pok.: 33,39 g; Sól: 6,36 g;</p>	

Jadłospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna 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 łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	
<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Brokuł gotowany z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata z brokołu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata z brokołu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Sałata z brokołu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jęczmiennym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jęczmiennym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata z brokołu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jęczmiennym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Miód 50 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jęczmiennym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałata z brokołu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt										
Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ)										
<p>Jajzynnowa z ziemniakami i kalafiora b/rokula 1 kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka duszona z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza gryczana 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p>	<p>Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Pyzy ziemniaczane* 300 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sytko 150 g (GLU JECZ) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oproszana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)</p>	

2024-03-26 wtorek

PD

Jadłospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-03-26 wtorek										
PN	Kolaćja									
	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna 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
	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% t.) (MLE) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% t.) (MLE) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ,GLU,ZYT) 10 g Margaryna roślinna (80% t.) (MLE) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% t.) (MLE) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw I	Bogatobiałkowa tłuszczowa Zestaw II	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% t.) 15 g (MLE) Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE,SEL) Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ,GLU,ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 15 g Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL) Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
	Wartość energetyczna: 2205,27 kcal; Białko ogółem: 104,19 g; Tłuszcz: 51,71 g; Kw. tł. nasy.: 14,96 g; Węglowodany ogółem: 345,62 g; W tym cukry: 93,50 g; Błonnik pok.: 31,84 g; Sól: 6,93 g;	Wartość energetyczna: 2172,63 kcal; Białko ogółem: 103,44 g; Tłuszcz: 59,51 g; Kw. tł. nasy.: 20,86 g; Węglowodany ogółem: 322,60 g; W tym cukry: 69,80 g; Błonnik pok.: 36,52 g; Sól: 7,62 g;	Wartość energetyczna: 2249,14 kcal; Białko ogółem: 100,46 g; Tłuszcz: 67,69 g; Kw. tł. nasy.: 21,15 g; Węglowodany ogółem: 324,87 g; W tym cukry: 68,57 g; Błonnik pok.: 33,67 g; Sól: 8,12 g;	Wartość energetyczna: 2086,97 kcal; Białko ogółem: 97,24 g; Tłuszcz: 56,87 g; Kw. tł. nasy.: 22,07 g; Węglowodany ogółem: 316,41 g; W tym cukry: 47,59 g; Błonnik pok.: 39,30 g; Sól: 7,93 g;	Wartość energetyczna: 2163,48 kcal; Białko ogółem: 94,25 g; Tłuszcz: 65,05 g; Kw. tł. nasy.: 22,36 g; Węglowodany ogółem: 318,68 g; W tym cukry: 46,35 g; Błonnik pok.: 36,44 g; Sól: 8,42 g;	Wartość energetyczna: 1413,90 kcal; Białko ogółem: 69,26 g; Tłuszcz: 27,54 g; Kw. tł. nasy.: 6,42 g; Węglowodany ogółem: 238,29 g; W tym cukry: 43,12 g; Błonnik pok.: 33,20 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 2563,60 kcal; Białko ogółem: 117,73 g; Tłuszcz: 72,02 g; Kw. tł. nasy.: 26,44 g; Węglowodany ogółem: 376,68 g; W tym cukry: 101,75 g; Błonnik pok.: 34,02 g; Sól: 6,07 g;	Wartość energetyczna: 2640,11 kcal; Białko ogółem: 114,74 g; Tłuszcz: 80,20 g; Kw. tł. nasy.: 26,73 g; Węglowodany ogółem: 378,95 g; W tym cukry: 100,51 g; Błonnik pok.: 31,17 g; Sól: 6,57 g;	Wartość energetyczna: 2316,55 kcal; Białko ogółem: 32,93 g; Tłuszcz: 51,21 g; Kw. tł. nasy.: 10,23 g; Węglowodany ogółem: 438,54 g; W tym cukry: 58,42 g; Błonnik pok.: 30,14 g; Sól: 4,93 g;	Wartość energetyczna: 2180,41 kcal; Białko ogółem: 83,90 g; Tłuszcz: 64,63 g; Kw. tł. nasy.: 15,93 g; Węglowodany ogółem: 334,38 g; W tym cukry: 38,79 g; Błonnik pok.: 40,18 g; Sól: 7,58 g;
	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, sałata 5g, serk śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU,PSZ,MLE,GLU,ZYT)									
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, serk śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,MLE)									
	Mus owocowo-warzwyry 100g-produkt pasteryzowany 1 szt									
	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ,SOJ)									

Jadłospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PD	Obiad	Śniadanie		II ŚN									
	<p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyzka na kartki-wieprzowa, wędzona 40 g Parzona 50 g Pomidor b/skórki 20 g Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surowka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna 50 g Parzona 50 g Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) 50 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szyzka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka duszona z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka duszona z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos ziołowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Marchew oprószana z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
				<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p>									

2024-03-26 wtorek

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach_fr3

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w wiosek lub polecenie Zamawiającego.

Wydrukował: Muhał, Data i godzina wydruku: 2024-03-20 09:48:04

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, pl. -204 1664
N - 6772398589-REGON 363712430
KRS 0000601008
strona 5 z 7

Jadłospisy w dniu 2024-03-26 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN					
<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p>	<p>OM- Pawkowata/Przecierana</p>	<p>OM- Płynna</p>	<p>OM- Vegetariańska</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw I</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw II</p>	<p>OM- Kobieta Karniająca Zestaw I</p>	<p>OM- Kobieta Karniająca Zestaw II</p>					
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL) Ryz na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bukka pszenna długa krojona (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa () 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)</p>	<p>Bukka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Ryz na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL) Ryz na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Wartość energetyczna: 2256,92 kcal; Białko ogółem: 80,92 g; Tłuszcz: 72,81 g; Kw. tł. nasy.: 16,22 g; Węglowodany ogółem: 336,65 g; W tym cukry: 37,56 g; Błonnik pok.: 37,32 g; Sól: 7,69 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1476,18 kcal; Białko ogółem: 53,64 g; Tłuszcz: 41,17 g; Kw. tł. nasy.: 11,65 g; Węglowodany ogółem: 230,80 g; W tym cukry: 78,37 g; Błonnik pok.: 19,26 g; Sól: 4,10 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2120,57 kcal; Białko ogółem: 83,76 g; Tłuszcz: 68,15 g; Kw. tł. nasy.: 20,94 g; Węglowodany ogółem: 310,70 g; W tym cukry: 64,26 g; Błonnik pok.: 36,29 g; Sól: 5,29 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2408,95 kcal; Białko ogółem: 78,52 g; Tłuszcz: 77,49 g; Kw. tł. nasy.: 24,34 g; Węglowodany ogółem: 366,62 g; W tym cukry: 83,78 g; Błonnik pok.: 40,52 g; Sól: 7,79 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2075,53 kcal; Białko ogółem: 79,72 g; Tłuszcz: 64,35 g; Kw. tł. nasy.: 13,57 g; Węglowodany ogółem: 305,80 g; W tym cukry: 49,41 g; Błonnik pok.: 30,04 g; Sól: 3,52 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2451,49 kcal; Białko ogółem: 114,73 g; Tłuszcz: 65,07 g; Kw. tł. nasy.: 22,24 g; Węglowodany ogółem: 368,88 g; W tym cukry: 79,21 g; Błonnik pok.: 37,63 g; Sól: 8,31 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2528,00 kcal; Białko ogółem: 111,75 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 22,53 g; Węglowodany ogółem: 371,15 g; W tym cukry: 77,98 g; Błonnik pok.: 34,78 g; Sól: 8,81 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2451,49 kcal; Białko ogółem: 114,73 g; Tłuszcz: 65,07 g; Kw. tł. nasy.: 22,24 g; Węglowodany ogółem: 368,88 g; W tym cukry: 79,21 g; Błonnik pok.: 37,63 g; Sól: 8,31 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2528,00 kcal; Białko ogółem: 111,75 g; Tłuszcz: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 22,53 g; Węglowodany ogółem: 371,15 g; W tym cukry: 77,98 g; Błonnik pok.: 34,78 g; Sól: 8,81 g;</p>
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt														
2024-03-26 wtorek														

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, nerkowe, pistacje, migdały,
- SEL - Seler i pochodne,
- GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŻUB - Żubin 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 JEZ - 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,
- Sól - Sól,
- K - Potas,
- Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
- Białnik pok. - Białnik 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,
- WM - WM,

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

Nazwa dania/asortymentu	Składniki	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości mającej)	Składniki
-------------------------	-----------	--	-----------

Lp	Asortyment	Składniki
1	Sonda / plynna sn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
1	Mleko 2% nv(MLE,)	
2	Serek Homog. o smaku naturalnym	
2	2,5% tl. nv(MLE,)	
3	Kasza manna nv(GLU PSZ,)	
4	Cukier	
5	Maslo 82% tl. nv(MLE,)	
5	Maslo 82% tl. nv(MLE,)	Smietanka 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	Maslo 82% tl. nv(MLE,)	
5	Mleko w proszku pelne nv(MLE,)	Smietanka pasteryzowana (MLE,)
6	Jaja M nv(JAJ,)	
7	Suchary bez cukru 285g nv	
3	Sonda / plynna ob. 3 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,)	
1	Woda	
2	Woszczyna mroz. 3ski	
2	Mask/marchew, pietruszka,selel (SEL,)	Marchew , Pietruszka korzen , Selel (SEL,)
3	Udziec z kurczaka b/k b/s	
4	Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkuma nv(GLU PSZ,)	Maka pszena (GLU PSZ,), Woda , Kurkuma
5	Oil 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	Selel(SEL,)	
6	Maslo 82% tl. nv(MLE,)	Smietanka pasteryzowana (MLE,)
7	Jaja M nv(JAJ,)	
5	Sonda miesna! 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	Selel obrany(SEL,)	
8	Oil rzepakowy nv	
9	Jaja M nv(JAJ,)	

