

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 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 Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna 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
Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 1 16 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Ser topiony 25g 2 szt (MLE) Szywnka zielonogórska- 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)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)	
Ciasło drożdżowe 50 g (GLU,PSZ, JAJ, MLE, SOZ)									
II ŚN									
Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (MLE,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos cygański 50 g (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surowka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos cygański 50 g (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Surowka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU,PSZ, JAJ, SEL)	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									
Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos cygański 50 g (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surowka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos cygański 50 g (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Surowka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU,PSZ, JAJ, SEL)	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (GLU,PSZ, SEL) Ryz na sypko 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 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 Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żółtad. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żółt. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I		
2024-04-16 wtorek											
PD											
Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU,PSZ, GLU,ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 250 g (SEL) Surowka z rzodkwi i czarnuski 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Sonda ziemniaczana 4 400 g (JAJ, MLE, SEL)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel wp.gr. rozd.wędz.parzo z dodat. wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml						Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Szynkowa dębowa kiel wp.gr. rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa (bulka pszenina 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, SOL)
Kolacja											
PN											
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt											
Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MLE, SEL)											
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt											
Wartość energetyczna: 2500,67 kcal; Białko ogółem: 112,92 g; Tłuszcz: 84,78 g; Kw. tł. nasy.: 20,65 g; Węglowodany ogółem: 337,50 g; W tym cukry: 76,23 g; Błonnik pok.: 32,71 g; Sól: 8,86 g;	Wartość energetyczna: 2489,64 kcal; Białko ogółem: 114,23 g; Tłuszcz: 82,54 g; Kw. tł. nasy.: 20,82 g; Węglowodany ogółem: 339,99 g; W tym cukry: 77,48 g; Błonnik pok.: 35,72 g; Sól: 8,56 g;	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;	Wartość energetyczna: 2386,80 kcal; Białko ogółem: 109,60 g; Tłuszcz: 73,96 g; Kw. tł. nasy.: 21,66 g; Węglowodany ogółem: 332,60 g; W tym cukry: 71,33 g; Błonnik pok.: 27,34 g; Sól: 7,40 g;	Wartość energetyczna: 2375,77 kcal; Białko ogółem: 110,92 g; Tłuszcz: 71,72 g; Kw. tł. nasy.: 21,83 g; Węglowodany ogółem: 335,09 g; W tym cukry: 72,58 g; Błonnik pok.: 30,35 g; Sól: 7,10 g;	Wartość energetyczna: 2264,01 kcal; Białko ogółem: 99,16 g; Tłuszcz: 70,75 g; Kw. tł. nasy.: 18,40 g; Węglowodany ogółem: 320,01 g; W tym cukry: 61,52 g; Błonnik pok.: 27,63 g; Sól: 7,16 g;	Wartość energetyczna: 2252,98 kcal; Białko ogółem: 100,48 g; Tłuszcz: 68,51 g; Kw. tł. nasy.: 18,57 g; Węglowodany ogółem: 322,50 g; W tym cukry: 62,77 g; Błonnik pok.: 30,64 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2431,84 kcal; Białko ogółem: 109,13 g; Tłuszcz: 76,66 g; Kw. tł. nasy.: 21,92 g; Węglowodany ogółem: 338,26 g; W tym cukry: 75,98 g; Błonnik pok.: 27,63 g; Sól: 7,50 g;	Wartość energetyczna: 2420,82 kcal; Białko ogółem: 110,45 g; Tłuszcz: 74,41 g; Kw. tł. nasy.: 22,09 g; Węglowodany ogółem: 340,75 g; W tym cukry: 77,23 g; Błonnik pok.: 30,64 g; Sól: 7,20 g;	Wartość energetyczna: 2249,85 kcal; Białko ogółem: 110,97 g; Tłuszcz: 58,87 g; Kw. tł. nasy.: 17,07 g; Węglowodany ogółem: 331,70 g; W tym cukry: 71,80 g; Błonnik pok.: 27,31 g; Sól: 7,36 g;		

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 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 Udogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	
<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (MILE, MLE) Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ) 90 g Twarożek z koperkielem 50 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (MILE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkielem 50 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (MILE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkielem 50 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU ZYT) 76 g (GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkielem 50 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 25 g (SOJ) Pomidor 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>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Twarożek z koperkielem 30 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (MILE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z koperkielem 50 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 25 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twarożek z koperkielem 30 g (MLE) Pomidor 100 g Dżem 50 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (MLE) Szyńska zielonogórska- wp. parazona 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bukła pszena 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ)</p>
<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Szyńska 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>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 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) Szyńska 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>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 150 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR) 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) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 150 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szyńska wieprzowa duszona 90 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 150 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, PSZ, MLE, SEL) Pieczeń wołowa 100 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) Szyńska 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>Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Przyzy ziemniaczane* 300 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL) 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>Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń wołowa 100 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>	

2024-04-16 wtorek

Obiad

Śniadanie

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

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 Uboogoenergetyczna	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 (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni (<u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 30 g Miłód (25g) 1 szt. Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w ost.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)	Sok pomidorowy 0.3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>)	Sok pomidorowy 0.3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)	Sok pomidorowy 0.3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)	Sok pomidorowy 0.3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)	Sok pomidorowy 0.3l 1 szt	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2458,32 kcal; Białko ogółem: 117,79 g; Tłuszcz: 63,63 g; Kw. tł. nasy.: 18,59 g; Węglowodany ogółem: 367,19 g; W tym cukry: 73,05 g; Błonnik pok.: 31,47 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2239,30 kcal; Białko ogółem: 102,29 g; Tłuszcz: 67,18 g; Kw. tł. nasy.: 20,47 g; Węglowodany ogółem: 320,00 g; W tym cukry: 69,51 g; Błonnik pok.: 29,79 g; Sól: 8,57 g;	Wartość energetyczna: 2228,27 kcal; Białko ogółem: 103,61 g; Tłuszcz: 64,93 g; Kw. tł. nasy.: 20,64 g; Węglowodany ogółem: 322,49 g; W tym cukry: 70,76 g; Błonnik pok.: 32,80 g; Sól: 8,27 g;	Wartość energetyczna: 2301,12 kcal; Białko ogółem: 102,80 g; Tłuszcz: 75,11 g; Kw. tł. nasy.: 22,91 g; Węglowodany ogółem: 317,68 g; W tym cukry: 56,50 g; Błonnik pok.: 34,39 g; Sól: 9,13 g;	Wartość energetyczna: 2290,09 kcal; Białko ogółem: 104,12 g; Tłuszcz: 72,87 g; Kw. tł. nasy.: 23,07 g; Węglowodany ogółem: 320,17 g; W tym cukry: 57,75 g; Błonnik pok.: 37,40 g; Sól: 8,82 g;	Wartość energetyczna: 1437,55 kcal; Białko ogółem: 63,72 g; Tłuszcz: 33,77 g; Kw. tł. nasy.: 6,21 g; Węglowodany ogółem: 232,55 g; W tym cukry: 41,73 g; Błonnik pok.: 27,16 g; Sól: 5,68 g;	Wartość energetyczna: 2543,09 kcal; Białko ogółem: 119,16 g; Tłuszcz: 83,21 g; Kw. tł. nasy.: 25,51 g; Węglowodany ogółem: 342,44 g; W tym cukry: 79,61 g; Błonnik pok.: 27,60 g; Sól: 8,27 g;	Wartość energetyczna: 2532,06 kcal; Białko ogółem: 120,48 g; Tłuszcz: 80,97 g; Kw. tł. nasy.: 25,68 g; Węglowodany ogółem: 344,93 g; W tym cukry: 80,86 g; Błonnik pok.: 30,61 g; Sól: 7,97 g;	Wartość energetyczna: 2175,42 kcal; Białko ogółem: 38,89 g; Tłuszcz: 53,32 g; Kw. tł. nasy.: 9,87 g; Węglowodany ogółem: 391,79 g; W tym cukry: 59,73 g; Błonnik pok.: 25,51 g; Sól: 5,66 g;	Wartość energetyczna: 2210,56 kcal; Białko ogółem: 86,42 g; Tłuszcz: 69,65 g; Kw. tł. nasy.: 15,82 g; Węglowodany ogółem: 325,19 g; W tym cukry: 39,54 g; Błonnik pok.: 34,07 g; Sól: 9,85 g;	

2024-04-16 wtorek

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Półzniczna Zestaw I	OM- Półzniczna Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 15 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/bskórki 40 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kakao na mleku b/c 250 ml (<u>MLE</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Seler z pietruszka gotowany z olejem 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Mus z jabłek b/c 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/bskórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>	<p>Kasza jaglana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Szywnka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>)</p>
Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)									
<p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>SEL</u>) 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>Kalafiorowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 50 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 90 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 50 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, JAJ</u>) Pulpbet wołowy 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g Fasolka szparagowa z olejem * 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Kotelet ryżowy z serem top i koperkiem 150 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>) Sos cygański 50 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Szywnka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 50 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ryz na sypko 150 g</p>
II ŚN									
2024-04-16 wtorek									
Obiad									

Jadłospisy w dniu 2024-04-16 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	Kolacja		PD						
<p>Wartość energetyczna: 2199,54 kcal; Białko ogółem: 87,74 g; Tłuszcz: 67,41 g; Kw. tł. nasy.: 15,99 g; Węglowodany ogółem: 327,68 g; W tym cukry: 40,79 g; Błonnik pok.: 37,08 g; Sól: 9,94 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 1487,87 kcal; Białko ogółem: 65,31 g; Tłuszcz: 45,72 g; Kw. tł. nasy.: 14,40 g; Węglowodany ogółem: 210,07 g; W tym cukry: 57,07 g; Błonnik pok.: 17,03 g; Sól: 4,63 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2089,16 kcal; Białko ogółem: 100,72 g; Tłuszcz: 64,27 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; Węglowodany ogółem: 293,44 g; W tym cukry: 49,28 g; Błonnik pok.: 34,60 g; Sól: 7,42 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2568,99 kcal; Białko ogółem: 90,32 g; Tłuszcz: 92,64 g; Kw. tł. nasy.: 24,29 g; Węglowodany ogółem: 358,86 g; W tym cukry: 76,62 g; Błonnik pok.: 34,49 g; Sól: 7,47 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2115,18 kcal; Białko ogółem: 70,45 g; Tłuszcz: 76,82 g; Kw. tł. nasy.: 14,95 g; Węglowodany ogółem: 293,69 g; W tym cukry: 37,26 g; Błonnik pok.: 24,48 g; Sól: 5,73 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2566,66 kcal; Białko ogółem: 115,93 g; Tłuszcz: 75,19 g; Kw. tł. nasy.: 22,39 g; Węglowodany ogółem: 370,03 g; W tym cukry: 77,72 g; Błonnik pok.: 31,60 g; Sól: 9,58 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2555,63 kcal; Białko ogółem: 117,25 g; Tłuszcz: 72,94 g; Kw. tł. nasy.: 22,56 g; Węglowodany ogółem: 372,52 g; W tym cukry: 78,97 g; Błonnik pok.: 31,60 g; Sól: 9,28 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2566,66 kcal; Białko ogółem: 115,93 g; Tłuszcz: 75,19 g; Kw. tł. nasy.: 22,39 g; Węglowodany ogółem: 370,03 g; W tym cukry: 77,72 g; Błonnik pok.: 31,60 g; Sól: 9,58 g.</p>	<p>Wartość energetyczna: 2555,63 kcal; Białko ogółem: 117,25 g; Tłuszcz: 72,94 g; Kw. tł. nasy.: 22,56 g; Węglowodany ogółem: 372,52 g; W tym cukry: 78,97 g; Błonnik pok.: 31,60 g; Sól: 9,28 g.</p>	
<p>Kanapka z szynką i sałatą (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (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>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL)</p> <p>Salata 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 60 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL)</p> <p>Kasza manna na wywarze 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 czerwonej 80 g</p> <p>Surowka z ziołkami 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 mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel: wp: gr: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 50 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 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 50 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 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 50 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 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: rozdz: wędz: parzo: z: dodat: wody w ost: niejad 50 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>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat Jogurt białoskwiniowy 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>

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,
SO2 - 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

Lp	Nazwa dania/asortymentu	Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
	Asortyment	Składniki
1	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU PSZ, MLE,)	
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,)
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% tł. 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 mroz. 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 kurozaka b/k b/s	
5	Seler(SEL,)	
6	Masło 82% tł. 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,)	

