

Jadłospisy w dniu 2024-07-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- II 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 zola. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) <u>Rzodkiew</u> biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda / płynna śn. 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Sonda / płynna śn. 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) <u>Pomidor</u> 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) <u>Pomidor</u> 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW</u> ) <u>Pomidor</u> 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Jogurt truskawkowy 150g 1 szt. ( <u>MLE</u> )										
II ŚN										
Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) <u>SEL</u> ) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 400 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )	Pomidorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Dyńla duszona z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Dyńla duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 180 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńla duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2024-07-23 wtorek

Śniadanie

Obiad

Sonda mleczna z kaszą manna i JAJ, MLE)

Jogurt truskawkowy 150g 1 szt. (MLE)



Jadłospisy w dniu 2024-07-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2024-07-23 wtorek

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- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Bezmieczna	OM- Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węglowo, bezmieczna	OM- Dzieci 1-3 lat	
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLU, ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLU, ZYT) 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki żytnie na mleku 400 ml (MLE, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki żytnie na mleku 400 ml (MLE, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) 76 g (GLU) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Rzodkiew biała 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 15 g Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLUPSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor b/skorliki 40 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Kakao na mleku 250 ml (MLE)	Kasza manna na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE) Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, GLUOW) Pomidor b/skorliki 40 g Sałata lodowa 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Kakao na mleku 250 ml (MLE)	
II ŚN			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLUOW)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)				Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ, GLU, ZYT)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	
Obiad	Selerowa z ziemniakami ( ) 40C (MLE, SEL) Bulka z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 40C (MLE, SEL) Bulka z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 40C (GLUPSZ, MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 40C (MLE, SEL) Bulka z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem ( ) 400 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 40C (MLE, SEL) Bulka z szynki wieprzowej duszona 100 g (GLUPSZ) Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Brokuł gotowany z olejem * 100 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Dyńka duszona z olejem * 100 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany z olejem * 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 180 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem ( ) 200 ml (MLE, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (GLUPSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 50 ml (GLUPSZ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane ( ) 90 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ) Brokuł gotowany z olejem * 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2024-07-23 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. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XV Bezmleczna	OM- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowo-bezmleczn <sup>a</sup>	OM- Dzieci 1-3 lat
PD	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Bogata pszenna długa krojona PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Bogata pszenna długa krojona (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) (MLE) 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bucka pszenna długa krojona (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g
Kolacja	Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pastą z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pastą z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pastą z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pastą z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pastą z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	gotowany z olejem 40 g (SEL.) Sałata zielona 20 g	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, GLU ZYT.)	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, GLU ZYT.)	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb pszenma 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb pszenma 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, GLU ZYT.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Wartość energetyczna: 2317,76 kcal; Białko ogółem: 114,01 g; Tłuszcz: 67,44 g; Kw. tł. nasy.: 20,11 g; Węglowodany ogółem: 325,74 g; W tym cukry: 73,02 g; Błonnik pok.: 31,77 g; Soli: 7,69 g;	Wartość energetyczna: 2115,89 kcal; Białko ogółem: 104,49 g; Tłuszcz: 62,77 g; Kw. tł. nasy.: 22,85 g; Węglowodany ogółem: 292,03 g; W tym cukry: 68,58 g; Błonnik pok.: 25,44 g; Soli: 9,81 g;	Wartość energetyczna: 2280,93 kcal; Białko ogółem: 105,97 g; Tłuszcz: 72,56 g; Kw. tł. nasy.: 23,45 g; Węglowodany ogółem: 312,47 g; W tym cukry: 67,54 g; Błonnik pok.: 30,67 g; Soli: 9,90 g;	Wartość energetyczna: 2390,22 kcal; Białko ogółem: 119,21 g; Tłuszcz: 71,42 g; Kw. tł. nasy.: 25,15 g; Węglowodany ogółem: 332,47 g; W tym cukry: 68,30 g; Błonnik pok.: 34,12 g; Soli: 8,88 g;	Wartość energetyczna: 2505,33 kcal; Białko ogółem: 118,60 g; Tłuszcz: 81,35 g; Kw. tł. nasy.: 25,78 g; Węglowodany ogółem: 340,42 g; W tym cukry: 70,14 g; Błonnik pok.: 37,06 g; Soli: 8,94 g;	Wartość energetyczna: 2385,96 kcal; Białko ogółem: 121,28 g; Tłuszcz: 79,31 g; Kw. tł. nasy.: 29,13 g; Węglowodany ogółem: 304,61 g; W tym cukry: 87,56 g; Błonnik pok.: 23,05 g; Soli: 7,38 g;	Wartość energetyczna: 2551,00 kcal; Białko ogółem: 122,76 g; Tłuszcz: 89,12 g; Kw. tł. nasy.: 29,73 g; Węglowodany ogółem: 325,04 g; W tym cukry: 86,51 g; Błonnik pok.: 28,28 g; Soli: 7,47 g;	Wartość energetyczna: 1760,32 kcal; Białko ogółem: 81,12 g; Tłuszcz: 48,12 g; Kw. tł. nasy.: 12,42 g; Węglowodany ogółem: 260,32 g; W tym cukry: 35,86 g; Błonnik pok.: 26,34 g; Soli: 10,59 g;	Wartość energetyczna: 2126,92 kcal; Białko ogółem: 98,04 g; Tłuszcz: 53,57 g; Kw. tł. nasy.: 14,83 g; Węglowodany ogółem: 329,75 g; W tym cukry: 36,66 g; Błonnik pok.: 37,02 g; Soli: 11,29 g;	Wartość energetyczna: 1422,82 kcal; Białko ogółem: 61,75 g; Tłuszcz: 46,74 g; Kw. tł. nasy.: 16,72 g; Węglowodany ogółem: 194,92 g; W tym cukry: 77,39 g; Błonnik pok.: 16,08 g; Soli: 5,74 g;

Jadłospisy w dniu 2024-07-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Pappkowata/ Przezierana	OM- Biegunkowa	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II			
<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 450 ml (<u>SEL</u>)                      Bułka pszenna duża krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLUOW</u>)                      Marchew gotowana z olejem 100 g                      Mus z jabłek 150 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kleik z kaszy mąny na wodzie 200 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Bułka pszenna duża krojona 32 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł) 5 g (<u>MLE</u>)                      Filet z kurczaka gotowany 60 g                      Marchew gotowana z olejem 40 g                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>)                      Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Jajko gotowane ki 1 szt (<u>JAJ</u>)                      Rzodkiew biała 80 g                      Sałata lodowa 20 g                      Jabłko 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>)                      Chleb bezglutenowy 100 g                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa z dodatkami 80 g                      Konservisowa drobiowa z dodatkami 80 g                      Pomidor 80 g                      Sałata lodowa 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLUOW</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata lodowa 20 g                      Jabłko 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ZYT</u>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLUOW</u>)                      Pomidor 80 g                      Sałata lodowa 20 g                      Jabłko 1 szt 1 szt                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )										
<p>II ŚN</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt 1 szt</p>									
<p>Obiad</p>	<p>Marchwianka 1) 200 ml                      Filet z kurczaka gotowany 50 g                      Ryż na sypko 180 g                      Marchew gotowana z olejem 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>GLUPSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 300 g                      Pyzy ziemniaczane* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Surowka z kapuśty pekińskiej z olejem 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* (bez glutenu)* 50 ml                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Szyńska wieprzowa gotowana 100 g                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami 1) 400 ml (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>)                      Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLUPSZ</u>)                      Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLUPSZ</u>)                      Ziemniaki młode z koperkiem 180 g                      Brokuł gotowany z olejem* 100 g                      Dynia duszona z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>			

2024-07-23 wtorek

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17

Jadłospis\_Tygodniowy\_posilki\_w\_wierszach\_fr3

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 41-204 Łódź  
 NIP: 6772398589 REGON: 363712430  
 KRS: 00006910082024-07-19 07:03:30

Jadłospisy w dniu 2024-07-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Biegunkowa	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 300 ml				
PD	Bułka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szyrkowa dębowa kiel wp gr. rozdz wędz parzo. z dodat. wody w osł. niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Ryżowa (bez mleka) 450 ml ( <u>SEL</u> ) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> )	Bułka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł. 10 g Szyrkowa dębowa kiel wp gr. rozdz wędz parzo z dodat. wody w osł. niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szyrkowa dębowa kiel wp gr. rozdz wędz parzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g			
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kleik ryżowo-marchwiowy 200 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2025,88 kcal; Białko ogółem: 93,69 g; Tłuszcz: 66,67 g; Kw. tł. nasy.: 20,41 g; Węglowodany ogółem: 278,50 g; W tym cukry: 48,58 g; Błonnik pok.: 38,04 g; Sól: 8,30 g;	Wartość energetyczna: 1492,47 kcal; Białko ogółem: 73,32 g; Tłuszcz: 30,61 g; Kw. tł. nasy.: 7,42 g; Węglowodany ogółem: 241,61 g; W tym cukry: 72,65 g; Błonnik pok.: 20,69 g; Sól: 2,34 g;	Wartość energetyczna: 2163,66 kcal; Białko ogółem: 74,76 g; Tłuszcz: 52,84 g; Kw. tł. nasy.: 16,48 g; Węglowodany ogółem: 355,92 g; W tym cukry: 51,74 g; Błonnik pok.: 27,91 g; Sól: 9,63 g;	Wartość energetyczna: 1900,25 kcal; Białko ogółem: 68,79 g; Tłuszcz: 58,96 g; Kw. tł. nasy.: 12,59 g; Węglowodany ogółem: 277,18 g; W tym cukry: 47,38 g; Błonnik pok.: 20,38 g; Sól: 5,43 g;	Wartość energetyczna: 2180,14 kcal; Białko ogółem: 101,26 g; Tłuszcz: 65,28 g; Kw. tł. nasy.: 21,03 g; Węglowodany ogółem: 306,71 g; W tym cukry: 79,49 g; Błonnik pok.: 26,36 g; Sól: 9,86 g;	Wartość energetyczna: 2345,18 kcal; Białko ogółem: 102,74 g; Tłuszcz: 75,09 g; Kw. tł. nasy.: 21,63 g; Węglowodany ogółem: 327,15 g; W tym cukry: 78,45 g; Błonnik pok.: 31,58 g; Sól: 9,94 g;	Wartość energetyczna: 2383,09 kcal; Białko ogółem: 110,08 g; Tłuszcz: 69,26 g; Kw. tł. nasy.: 25,06 g; Węglowodany ogółem: 339,30 g; W tym cukry: 95,85 g; Błonnik pok.: 27,13 g; Sól: 10,08 g;	Wartość energetyczna: 2548,13 kcal; Białko ogółem: 111,56 g; Tłuszcz: 79,07 g; Kw. tł. nasy.: 25,66 g; Węglowodany ogółem: 359,74 g; W tym cukry: 94,81 g; Błonnik pok.: 32,36 g; Sól: 10,17 g;

2024-07-23 wtorek

## Oznaczenia alergenów:

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

## Oznaczenia wskaźników odż.:

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

