

Jadłospisy w dniu 2024-12-22 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. wyđ z soku zolađ. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyđ z soku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <i>(MLE)</i> Szynekowa debowa kiel. wp. gr. rozđ. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Sonda / płynna śn. 1 400 g (GLU, PSZ, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (GLU, PSZ) 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <i>(MLE)</i> Szynekowa debowa kiel. wp. gr. rozđ. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona (SEL) 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (GLU, PSZ) 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <i>(MLE)</i> Szynekowa debowa kiel. wp. gr. rozđ. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona (SEL) 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (GLU, PSZ) 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <i>(MLE)</i> Szynekowa debowa kiel. wp. gr. rozđ. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Sałata zielona (SEL) 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) 400 ml Buka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ) Szynekowa debowa kiel. wp. gr. rozđ. 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 250 ml
Chacka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)									
II ŚN									
Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Kotlet schabowy 100 g Schab duszony 90 g <i>(JAJ)</i> Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g <i>(GLU, PSZ)</i> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Sznajak gotowany z olejem* 100 g <i>(GLU, PSZ)</i> Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 3 400 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL)	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 100 g (GLU, PSZ) Sznajak gotowany z olejem* 100 g <i>(GLU, PSZ)</i> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pupiet mięsno-warzywny* (w/wspzrowy) 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 100 g (GLU, PSZ) Sznajak gotowany z olejem* 100 g <i>(GLU, PSZ)</i> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pupiet mięsno-warzywny* (w/wspzrowy) 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Pupiet mięsno-warzywny* (w/wspzrowy) 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 50 ml (GLU, PSZ, SEL) Buraczki oprószone () 200 g (GLU, PSZ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Obiad									

Jadłospisy w dniu 2024-12-22 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	2024-12-22 niedziela									
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 żółt. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wyd. z soku żółt. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT)	Sonda ziemniaczana 4 400 g (JAJ, MILE, SEL)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)	
Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Pylna wzmocniona z mięsem z kurczaka 400 g (JAJ, SEL)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)	
Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)		Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	Serek homo. naturalny 100 g (MLE)	
Pomarańcza 150 g (MLE)	Pomarańcza 150 g (MLE)		Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	Pomidor 80 g (MLE)	
Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g		Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	
Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)		Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)	
Pomidor 80 g	Pomarańcza 150 g		Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	
Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sonda ziemniaczana 4 300 g (JAJ, MILE, SEL)	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarstwiny pasteryzowany 1 szt	
Wartość energetyczna: 2364,93 kcal; Białko ogółem: 108,95 g; Tłuszcz: 71,74 g; Kw. tł. nasy.: 20,35 g; Węglowodany ogółem: 332,39 g; W tym cukry: 62,45 g; Błonnik pok.: 32,00 g; Sól: 7,04 g;	Wartość energetyczna: 2181,31 kcal; Białko ogółem: 112,16 g; Tłuszcz: 60,65 g; Kw. tł. nasy.: 19,87 g; Węglowodany ogółem: 308,73 g; W tym cukry: 59,67 g; Błonnik pok.: 30,56 g; Sól: 6,90 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: 2286,14 kcal; Białko ogółem: 114,32 g; Tłuszcz: 61,21 g; Kw. tł. nasy.: 18,54 g; Węglowodany ogółem: 331,39 g; W tym cukry: 72,08 g; Błonnik pok.: 28,92 g; Sól: 5,91 g;	Wartość energetyczna: 2296,42 kcal; Białko ogółem: 105,49 g; Tłuszcz: 64,24 g; Kw. tł. nasy.: 19,56 g; Węglowodany ogółem: 335,91 g; W tym cukry: 70,57 g; Błonnik pok.: 30,63 g; Sól: 6,10 g;	Wartość energetyczna: 2326,69 kcal; Białko ogółem: 115,46 g; Tłuszcz: 60,71 g; Kw. tł. nasy.: 18,49 g; Węglowodany ogółem: 341,89 g; W tym cukry: 78,05 g; Błonnik pok.: 29,95 g; Sól: 6,10 g;	Wartość energetyczna: 2336,98 kcal; Białko ogółem: 106,64 g; Tłuszcz: 63,73 g; Kw. tł. nasy.: 19,52 g; Węglowodany ogółem: 346,40 g; W tym cukry: 76,55 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sól: 6,29 g;	Wartość energetyczna: 2326,69 kcal; Białko ogółem: 115,46 g; Tłuszcz: 60,71 g; Kw. tł. nasy.: 18,49 g; Węglowodany ogółem: 341,89 g; W tym cukry: 78,05 g; Błonnik pok.: 29,95 g; Sól: 6,10 g;	Wartość energetyczna: 2336,98 kcal; Białko ogółem: 106,64 g; Tłuszcz: 63,73 g; Kw. tł. nasy.: 19,52 g; Węglowodany ogółem: 346,40 g; W tym cukry: 76,55 g; Błonnik pok.: 31,66 g; Sól: 6,29 g;	Wartość energetyczna: 2015,99 kcal; Białko ogółem: 111,34 g; Tłuszcz: 41,21 g; Kw. tł. nasy.: 12,89 g; Węglowodany ogółem: 311,27 g; W tym cukry: 77,85 g; Błonnik pok.: 29,95 g; Sól: 6,06 g;	

Jadłospisy w dniu 2024-12-22 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

PN	PD
<p>Wartość energetyczna: 2103,56 kcal; Białko ogółem: 105,01 g; Tłuszcz: 44,65 g; Kw. tł. nasy.: 13,99 g; Węglowodany ogółem: 331,94 g; W tym cukry: 76,68 g; Błonnik pok.: 32,16 g; Soli: 6,51 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2191,64 kcal; Białko ogółem: 108,60 g; Tłuszcz: 57,93 g; Kw. tł. nasy.: 18,70 g; Węglowodany ogółem: 321,39 g; W tym cukry: 70,25 g; Błonnik pok.: 32,52 g; Soli: 7,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2201,92 kcal; Białko ogółem: 99,78 g; Tłuszcz: 60,95 g; Kw. tł. nasy.: 19,73 g; Węglowodany ogółem: 325,90 g; W tym cukry: 68,75 g; Błonnik pok.: 34,23 g; Soli: 7,73 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2497,32 kcal; Białko ogółem: 127,51 g; Tłuszcz: 73,69 g; Kw. tł. nasy.: 22,74 g; Węglowodany ogółem: 345,62 g; W tym cukry: 64,49 g; Błonnik pok.: 31,93 g; Soli: 8,57 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2610,21 kcal; Białko ogółem: 121,79 g; Tłuszcz: 77,16 g; Kw. tł. nasy.: 23,86 g; Węglowodany ogółem: 372,46 g; W tym cukry: 63,35 g; Błonnik pok.: 34,63 g; Soli: 9,39 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1567,37 kcal; Białko ogółem: 72,62 g; Tłuszcz: 34,96 g; Kw. tł. nasy.: 9,53 g; Węglowodany ogółem: 251,30 g; W tym cukry: 55,40 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Soli: 5,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2618,56 kcal; Białko ogółem: 136,25 g; Tłuszcz: 76,22 g; Kw. tł. nasy.: 25,04 g; Węglowodany ogółem: 359,72 g; W tym cukry: 100,03 g; Błonnik pok.: 26,66 g; Soli: 8,94 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2628,84 kcal; Białko ogółem: 127,42 g; Tłuszcz: 79,25 g; Kw. tł. nasy.: 26,06 g; Węglowodany ogółem: 364,24 g; W tym cukry: 98,52 g; Błonnik pok.: 28,37 g; Soli: 9,13 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2088,63 kcal; Białko ogółem: 46,69 g; Tłuszcz: 52,93 g; Kw. tł. nasy.: 14,46 g; Węglowodany ogółem: 366,07 g; W tym cukry: 97,05 g; Błonnik pok.: 31,39 g; Soli: 3,66 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2156,59 kcal; Białko ogółem: 90,56 g; Tłuszcz: 59,87 g; Kw. tł. nasy.: 15,34 g; Węglowodany ogółem: 330,50 g; W tym cukry: 42,45 g; Błonnik pok.: 34,71 g; Soli: 10,39 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2191,64 kcal; Białko ogółem: 108,60 g; Tłuszcz: 57,93 g; Kw. tł. nasy.: 18,70 g; Węglowodany ogółem: 321,39 g; W tym cukry: 70,25 g; Błonnik pok.: 32,52 g; Soli: 7,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2201,92 kcal; Białko ogółem: 99,78 g; Tłuszcz: 60,95 g; Kw. tł. nasy.: 19,73 g; Węglowodany ogółem: 325,90 g; W tym cukry: 68,75 g; Błonnik pok.: 34,23 g; Soli: 7,73 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2497,32 kcal; Białko ogółem: 127,51 g; Tłuszcz: 73,69 g; Kw. tł. nasy.: 22,74 g; Węglowodany ogółem: 345,62 g; W tym cukry: 64,49 g; Błonnik pok.: 31,93 g; Soli: 8,57 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2610,21 kcal; Białko ogółem: 121,79 g; Tłuszcz: 77,16 g; Kw. tł. nasy.: 23,86 g; Węglowodany ogółem: 372,46 g; W tym cukry: 63,35 g; Błonnik pok.: 34,63 g; Soli: 9,39 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1567,37 kcal; Białko ogółem: 72,62 g; Tłuszcz: 34,96 g; Kw. tł. nasy.: 9,53 g; Węglowodany ogółem: 251,30 g; W tym cukry: 55,40 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Soli: 5,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2618,56 kcal; Białko ogółem: 136,25 g; Tłuszcz: 76,22 g; Kw. tł. nasy.: 25,04 g; Węglowodany ogółem: 359,72 g; W tym cukry: 100,03 g; Błonnik pok.: 26,66 g; Soli: 8,94 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2628,84 kcal; Białko ogółem: 127,42 g; Tłuszcz: 79,25 g; Kw. tł. nasy.: 26,06 g; Węglowodany ogółem: 364,24 g; W tym cukry: 98,52 g; Błonnik pok.: 28,37 g; Soli: 9,13 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2088,63 kcal; Białko ogółem: 46,69 g; Tłuszcz: 52,93 g; Kw. tł. nasy.: 14,46 g; Węglowodany ogółem: 366,07 g; W tym cukry: 97,05 g; Błonnik pok.: 31,39 g; Soli: 3,66 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2156,59 kcal; Białko ogółem: 90,56 g; Tłuszcz: 59,87 g; Kw. tł. nasy.: 15,34 g; Węglowodany ogółem: 330,50 g; W tym cukry: 42,45 g; Błonnik pok.: 34,71 g; Soli: 10,39 g;</p>
<p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką drobiową i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL, GLU, ZYT)</p> <p>Sok wielowarstwowy 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p> <p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p> <p>Sok wielowarstwowy pasteryzowany 1 szt</p> <p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)</p>	<p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Szpinnak gotowany z olejem* 80 g (GLU PSZ)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (GLUPSZ, GLU, ZYT) 10 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) (MLE) 100 g</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomarańcza 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomarańcza 150 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Serek homo. naturalny 100 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Jajzynowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL, GLU)</p> <p>Chleb bezglutenowy 100 g (MLE)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE)</p> <p>Serek homo. naturalny 30 g (MLE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g (SOL)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ)</p> <p>Jajzynowa z makaronem (bez mleka) 450 ml (GLUPSZ, SEL, GLU)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Wartość energetyczna: 2103,56 kcal; Białko ogółem: 105,01 g; Tłuszcz: 44,65 g; Kw. tł. nasy.: 13,99 g; Węglowodany ogółem: 331,94 g; W tym cukry: 76,68 g; Błonnik pok.: 32,16 g; Soli: 6,51 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2191,64 kcal; Białko ogółem: 108,60 g; Tłuszcz: 57,93 g; Kw. tł. nasy.: 18,70 g; Węglowodany ogółem: 321,39 g; W tym cukry: 70,25 g; Błonnik pok.: 32,52 g; Soli: 7,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2201,92 kcal; Białko ogółem: 99,78 g; Tłuszcz: 60,95 g; Kw. tł. nasy.: 19,73 g; Węglowodany ogółem: 325,90 g; W tym cukry: 68,75 g; Błonnik pok.: 34,23 g; Soli: 7,73 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2497,32 kcal; Białko ogółem: 127,51 g; Tłuszcz: 73,69 g; Kw. tł. nasy.: 22,74 g; Węglowodany ogółem: 345,62 g; W tym cukry: 64,49 g; Błonnik pok.: 31,93 g; Soli: 8,57 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2610,21 kcal; Białko ogółem: 121,79 g; Tłuszcz: 77,16 g; Kw. tł. nasy.: 23,86 g; Węglowodany ogółem: 372,46 g; W tym cukry: 63,35 g; Błonnik pok.: 34,63 g; Soli: 9,39 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 1567,37 kcal; Białko ogółem: 72,62 g; Tłuszcz: 34,96 g; Kw. tł. nasy.: 9,53 g; Węglowodany ogółem: 251,30 g; W tym cukry: 55,40 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Soli: 5,54 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2618,56 kcal; Białko ogółem: 136,25 g; Tłuszcz: 76,22 g; Kw. tł. nasy.: 25,04 g; Węglowodany ogółem: 359,72 g; W tym cukry: 100,03 g; Błonnik pok.: 26,66 g; Soli: 8,94 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2628,84 kcal; Białko ogółem: 127,42 g; Tłuszcz: 79,25 g; Kw. tł. nasy.: 26,06 g; Węglowodany ogółem: 364,24 g; W tym cukry: 98,52 g; Błonnik pok.: 28,37 g; Soli: 9,13 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2088,63 kcal; Białko ogółem: 46,69 g; Tłuszcz: 52,93 g; Kw. tł. nasy.: 14,46 g; Węglowodany ogółem: 366,07 g; W tym cukry: 97,05 g; Błonnik pok.: 31,39 g; Soli: 3,66 g;</p> <p>Wartość energetyczna: 2156,59 kcal; Białko ogółem: 90,56 g; Tłuszcz: 59,87 g; Kw. tł. nasy.: 15,34 g; Węglowodany ogółem: 330,50 g; W tym cukry: 42,45 g; Błonnik pok.: 34,71 g; Soli: 10,39 g;</p>	<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>OM-IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>OM-IX Łatwo strawna zestaw II</p> <p>OM-X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>OM-X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>OM-XI Ubogoenergetyczna</p> <p>OM-XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>OM-XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>OM-XIII Niskobiałkowa</p> <p>OM-XV Bezmielczna</p>

2024-12-22 niedziela

Jadłospisy w dniu 2024-12-22 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Z ogr. latwo przyswajalnych węglowo.bezmielczna	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przeclerana	OM- Biegunkowa	OM- Vegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II		
<p>Kasza gryczczana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 25 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki kukurydżiane na mleku 200 ml (MILE)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ, JECZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MILE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 30 g</p> <p>Pomidor biskorki 40 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 450 ml (SEL, GLU, JECZ)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ, JECZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MILE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kleik z kaszy miany na wodzie 200 ml (GLUPSZ)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLUPSZ)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MILE)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 60 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MILE, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE)</p> <p>Jajko gotowane ki M. 1 szt (JAJ)</p> <p>Serek Fiomage 50 g (GLUPSZ, MILE)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydżiana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL)</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.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 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>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MILE)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 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 250 ml</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MILE, GLU, JECZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLU, ZYT)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.nieład 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 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (MILE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Schab duszony 90 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLUPSZ, SEL)</p> <p>Buraczki oprószone olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MILE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Schab duszony 90 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLUPSZ, SEL)</p> <p>Buraczki oprószone olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MILE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Schab duszony 90 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLUPSZ, SEL)</p> <p>Buraczki oprószone olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MILE, SEL)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g</p> <p>Schab duszony 90 g</p> <p>Sos własny () 50 ml (GLUPSZ, SEL)</p> <p>Buraczki oprószone olejem* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Szyniak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g (GLUPSZ)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
Chataka 50 g (GLUPSZ, JAJ)											
<p>Kanapka z szynką drobiową i salata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, SOJ, GLU, ZYT)</p>	<p>Chataka 30 g (GLU, PSZ, JAJ)</p>		<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>								
Obiad											

Wydrukował: Muřnal, Data i godzina wydruku: 2024-02-18 09:33:43

ul. Traktorowa 12, 05-083 Ostrow Mazowiecka, tel. 301 91 294-02/78

NIP 677228399, REGON 142430

WYDRUKOWAĆ

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenney,
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,

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 106 20-017 Łódź
REGON 143712430
NIP 677239837
KRS 0000311008

