

OM- I Podstawowa Zestaw I	OM- I Podstawowa Zestaw II	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II				
2023-10-10 wtorek													
Śniadanie													
Placki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Wskazniki odżywcze: E: 1015,55 kcal;		Placki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 674,00 kcal;		Placki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Buraczki gotowane () 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Wskazniki odżywcze: E: 863,60 kcal;		Placki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Selet z pietruszką gotowany z olejem () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Wskazniki odżywcze: E: 877,96 kcal;		Placki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szyunka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Wskazniki odżywcze: E: 805,54 kcal;		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAU</u>) Wskazniki odżywcze: E: 136,50 kcal;		Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 222,16 kcal;	
II ŚN													

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP 677239858 REGON 363712430
 KRS 0000601008

OM- I Podstawowa Zestaw I	OM- I Podstawowa Zestaw II	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.wydz. soku żołą. Zestaw I	OM- VIII Z ogr.sub.pobudz.wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II																																								
<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń ryńska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 826,05 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 745,94 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń ryńska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 887,97 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 807,86 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 826,42 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń ryńska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 887,97 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 826,42 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń ryńska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 887,97 kcal;</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 826,42 kcal;</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń ryńska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sytko 170 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 887,97 kcal;</p>																																								
<p>2023-10-10 wtorek</p>																																																	
<p>PD</p>																																																	
<p>Kolacja</p>																																																	
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT.) 96 g (GLU PSZ, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z oleczki z warzywami () 80 g (SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 527,68 kcal;</p>										<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz. 100 g (SOJ, MLE.) Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 413,44 kcal;</p>										<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz. 100 g (SOJ, MLE.) Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 413,44 kcal;</p>										<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz. 100 g (SOJ, MLE.) Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 413,44 kcal;</p>										<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz. 100 g (SOJ, MLE.) Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 341,34 kcal;</p>									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-10-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-10-10 wtorek									
PN									
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	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. wydz. soku żółta. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółta. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
E: 2369,29 kcal:	E: 2289,18 kcal:	E: 2111,92 kcal:	E: 2031,81 kcal:	E: 2325,62 kcal:	E: 2387,18 kcal:	E: 2339,99 kcal:	E: 2401,54 kcal:	E: 1973,31 kcal:	E: 2034,86 kcal:

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

Wydrukował: Mufnal, Data i godzina wydruku: 2023-10-06 06:50:45

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 185 lok. 801, 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 36371243
KRS 0000807008
Strona 3 z 10

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 Ubogoenergetyczna	OM-XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM-XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM-XIII Niskobiałkowa	OM-XV Eliminacyjna Zestaw I	OM-XV Eliminacyjna Zestaw II	
Platki pszenne na mleku (MLE) 400 ml (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g	Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Miod 50 g Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł. 10 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł. 10 g Szyńska na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałatka z brokułu, oliwy i koperku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL)	
Wskazniki odżywcze: E: 913,64 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 650,71 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 650,71 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 699,96 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 877,64 kcal;	
Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie		Śniadanie	
II ŚN		II ŚN		II ŚN		II ŚN		II ŚN	
Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 50g, masło 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 50g, masło 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 50g, masło 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 50g, masło 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatką (chleb razowy 50g, masło 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	
Wskazniki odżywcze: E: 200,31 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 200,31 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 200,31 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 200,31 kcal;		Wskazniki odżywcze: E: 200,31 kcal;	

2023-10-10 wtorek

OM- IX Łatwo strawna	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 Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 826.42 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń ryżmiska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 887.97 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 716.62 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń ryżmiska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 778.17 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 778.54 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 826.42 kcal;	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń ryżmiska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 887.97 kcal;	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 850.14 kcal;	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 809.42 kcal;	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń ryżmiska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziolowy 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/spyko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew oproszana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 870.97 kcal;
PD					Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wskazniki odżywcze: E: 90.00 kcal;				
Chleb razowy pszenno-żytni 116g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskórki 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 501.80 kcal;	Chleb razowy pszenno-żytni 116g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Papryka świeża 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 516.31 kcal;	Chleb razowy pszenno-żytni 116g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Papryka świeża 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 516.31 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskórki 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 377.34 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskórki 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 413.44 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor biskórki 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 413.44 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 375.64 kcal;	Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wieprz 100g (<u>SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 375.64 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10g Polewka wiśniowa wędzonicza wieprzowa z dodatkim wody 50g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 349.86 kcal;	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10g Polewka wiśniowa wędzonicza wieprzowa z dodatkim wody 50g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor biskórki 80g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazniki odżywcze: E: 349.21 kcal;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadospisy w dniu 2023-10-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-10-10 wtorek											
OM- IX Łatwo strawna	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 Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II		
PN											
E: 2242,52 kcal:	E: 2303,42 kcal:	E: 2271,15 kcal:	E: 2332,71 kcal:	E: 1855,85 kcal:	E: 2643,02 kcal:	E: 2704,57 kcal:	E: 1886,60 kcal:	E: 1671,98 kcal:	E: 1732,89 kcal:		
Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 50g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, JAJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 187,20 kcal;											
Kanapka z jajkiem i sałatą (bukka pszenna 50g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, JAJ, MLE.) Wskazniki odżywcze: E: 211,20 kcal;											

CM- Dzieci 1-3 lat

2023-10-10 wtorek	
	Śniadanie
	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)
	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)
	Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, p. aizona 30 g
	Pomidor biskórki 70 g
	Wskazniki
	odzywczce: E: 500,02 kcal;
	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wskazniki
	odzywczce: E: 127,50 kcal;
II ŚN	

OM- Dzieci 1-3 lat	Brokułowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/syropo 90 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Pieczeń ryżowa 50 g Węprzowa 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos ziółowy () 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Marchew oproszana z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Wskaźniki odżywcze: E: 498.58 kcal;
	Jabłko pieczone 150 g Wskaźniki odżywcze: E: 75.00 kcal;
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob wleprz 50 g (<u>SOJ</u> <u>MLE</u>) Pomidor dyskorki 80 g Wskaźniki odżywcze: E: 389.50 kcal;

2023-10-10 wtorek

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.23.9.12
Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach_fr3

<nazwa_jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-10-10 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Dzieci 1-3 lat

2023-10-10 wtorek	
PN	
E: 1590,60 kcal:	

NAPRZÓD CATERING SP. Z O.O.
ul. Traktorowa 12 lok. 301, 91-204 Łódź

NIP 6772398589 REGON 363712430
KRS 0000601008
strona 9 z 10

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktosą,

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

SFL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyn,

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 odz.:

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

B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

S01 - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

MM - MM,