

2023-10-15 niedziela	
<p>OM-I Podstawowa Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Ser żółty 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 1142,75 kcal; B: 54,01 g; T: 42,97 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 20,50 g; W: 138,48 g; W tym cukry: 43,50 g; Bł.: 5,17 g; Sól: 4,74 g; WW: 13,36 Por; Ener.: z B: 19,9%; Ener.: z W: 22,70%; Ener.: z T: 16,46%; Ener.: z Bł.: 0,44%; K: 1210,59 mg;</p>	<p>OM-I Podstawowa Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Ser żółty 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 25 g</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 1099,33 kcal; B: 50,37 g; T: 40,11 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 20,50 g; W: 137,70 g; W tym cukry: 43,50 g; Bł.: 5,17 g; Sól: 4,19 g; WW: 13,28 Por; Ener.: z B: 9,21%; Ener.: z W: 24,22%; Ener.: z T: 16,50%; Ener.: z Bł.: 0,47%; K: 1210,59 mg;</p>
<p>OM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (I) 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 766,09 kcal; B: 37,47 g; T: 26,63 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 8,53 g; W: 96,81 g; W tym cukry: 23,49 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,56 g; WW: 9,19 Por; Ener.: z B: 6,88%; Ener.: z W: 16,79%; Ener.: z T: 11,01%; Ener.: z Bł.: 0,50%; K: 906,35 mg;</p>	<p>OM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (I) 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 765,68 kcal; B: 37,43 g; T: 26,63 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 8,53 g; W: 96,73 g; W tym cukry: 23,49 g; Bł.: 5,37 g; Sól: 2,49 g; WW: 9,18 Por; Ener.: z B: 7,04%; Ener.: z W: 17,18%; Ener.: z T: 11,26%; Ener.: z Bł.: 0,50%; K: 901,40 mg;</p>
<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (I) 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 985,76 kcal; B: 46,57 g; T: 30,34 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 11,78 g; W: 133,49 g; W tym cukry: 57,80 g; Bł.: 5,19 g; Sól: 2,63 g; WW: 12,90 Por; Ener.: z B: 7,74%; Ener.: z W: 21,33%; Ener.: z T: 11,35%; Ener.: z Bł.: 0,43%; K: 1299,29 mg;</p>	<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 965,35 kcal; B: 46,53 g; T: 30,33 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 11,78 g; W: 133,41 g; W tym cukry: 57,80 g; Bł.: 5,14 g; Sól: 2,56 g; WW: 12,90 Por; Ener.: z B: 7,90%; Ener.: z W: 21,77%; Ener.: z T: 11,59%; Ener.: z Bł.: 0,44%; K: 1254,34 mg;</p>
<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żłobd. Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 956,26 kcal; B: 48,20 g; T: 32,47 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 11,92 g; W: 119,21 g; W tym cukry: 44,98 g; Bł.: 4,08 g; Sól: 2,86 g; WW: 11,57 Por; Ener.: z B: 8,25%; Ener.: z W: 19,70%; Ener.: z T: 12,50%; Ener.: z Bł.: 0,35%; K: 1315,38 mg;</p>	<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żola. Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 80 g</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 956,26 kcal; B: 48,20 g; T: 32,47 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 11,92 g; W: 119,21 g; W tym cukry: 44,98 g; Bł.: 4,08 g; Sól: 2,86 g; WW: 11,57 Por; Ener.: z B: 8,43%; Ener.: z W: 20,13%; Ener.: z T: 12,77%; Ener.: z Bł.: 0,54%; K: 1307,59 mg;</p>
<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (I) 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,32%; Ener.: z W: 23,64%; Ener.: z T: 10,86%; Ener.: z Bł.: 0,54%; K: 1307,59 mg;</p>	<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 50 g (MLE)</p> <p>Baton szynekowy z kurcząt 50 g</p> <p>Marchew oproszana z olejem (I) 80 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kawa ziołowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,55%; Ener.: z W: 24,24%; Ener.: z T: 11,14%; Ener.: z Bł.: 0,55%; K: 1307,59 mg;</p>
<p>OM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAU, MLE, SO2.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 219,50 kcal; B: 5,50 g; T: 7,00 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 1,35 g; W: 33,00 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 1,15 g; Sól: 0,46 g; WW: 3,20 Por; Ener.: z B: 1,01%; Ener.: z W: 5,85%; Ener.: z T: 2,89%; Ener.: z Bł.: 0,11%; K: 0,00 mg;</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAU, MLE, SO2.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 219,50 kcal; B: 5,50 g; T: 7,00 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 1,35 g; W: 33,00 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 1,15 g; Sól: 0,46 g; WW: 3,20 Por; Ener.: z B: 1,03%; Ener.: z W: 5,99%; Ener.: z T: 2,96%; Ener.: z Bł.: 0,11%; K: 0,00 mg;</p>
<p>OM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAU, MLE, SO2.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 219,50 kcal; B: 5,50 g; T: 7,00 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 1,35 g; W: 33,00 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 1,15 g; Sól: 0,46 g; WW: 3,20 Por; Ener.: z B: 1,03%; Ener.: z W: 5,99%; Ener.: z T: 2,96%; Ener.: z Bł.: 0,11%; K: 0,00 mg;</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAU, MLE, SO2.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 219,50 kcal; B: 5,50 g; T: 7,00 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 1,35 g; W: 33,00 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 1,15 g; Sól: 0,46 g; WW: 3,20 Por; Ener.: z B: 1,03%; Ener.: z W: 5,99%; Ener.: z T: 2,96%; Ener.: z Bł.: 0,11%; K: 0,00 mg;</p>
<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,09%; Ener.: z W: 4,26%; Ener.: z T: 3,06%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,12%; Ener.: z W: 4,35%; Ener.: z T: 3,12%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>
<p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,12%; Ener.: z W: 4,35%; Ener.: z T: 3,12%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,12%; Ener.: z W: 4,35%; Ener.: z T: 3,12%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>
<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żłobd. Zestaw I</p> <p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,12%; Ener.: z W: 4,38%; Ener.: z T: 3,15%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,15%; Ener.: z W: 4,48%; Ener.: z T: 3,22%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>
<p>OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żola. Zestaw II</p> <p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,15%; Ener.: z W: 4,48%; Ener.: z T: 3,22%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOL, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 203,25 kcal; B: 6,57 g; T: 8,18 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 2,67 g; W: 26,43 g; W tym cukry: 0,59 g; Bł.: 0,81 g; Sól: 1,02 g; WW: 2,58 Por; Ener.: z B: 1,15%; Ener.: z W: 4,48%; Ener.: z T: 3,22%; Ener.: z Bł.: 0,07%; K: 51,15 mg;</p>
<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,32%; Ener.: z W: 23,64%; Ener.: z T: 10,86%; Ener.: z Bł.: 0,54%; K: 1307,59 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,55%; Ener.: z W: 24,24%; Ener.: z T: 11,14%; Ener.: z Bł.: 0,55%; K: 1307,59 mg;</p>
<p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,55%; Ener.: z W: 24,24%; Ener.: z T: 11,14%; Ener.: z Bł.: 0,55%; K: 1307,59 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 897,63 kcal; B: 47,01 g; T: 24,35 g; Kw: 11,85 g; nasy.: 9,12 g; W: 124,66 g; W tym cukry: 47,56 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,86 g; WW: 12,01 Por; Ener.: z B: 9,55%; Ener.: z W: 24,24%; Ener.: z T: 11,14%; Ener.: z Bł.: 0,55%; K: 1307,59 mg;</p>

NAPRZÓD CATERING S.p. z o.o.
 ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Kędz
 NIP 67723398582 REGON 363712430
 KRS 000001008

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. so ku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Kapsuła zasmażana () 200 g (GLU,PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU,PSZ,JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Schab gotowany 100 g (GLU,PSZ,SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU,PSZ,JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Schab gotowany 100 g (GLU,PSZ,SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU,PSZ,JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Schab gotowany 100 g (GLU,PSZ,SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU,PSZ,JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Schab gotowany 100 g (GLU,PSZ,SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Selerowa z makaronem () 400 g (GLU,PSZ,MLE,SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU,PSZ,JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU,PSZ,SEL.) Ziemniaki () 180 g (GLU,PSZ,SEL.) Bukiet warzyw olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml
Obiad									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 819,41 kcal; B: 51,12 g; T: 15,42 g; Kw. tł. nasy.: 3,41 g; W: 126,78 g; W. biał. cukry: 29,53 g; BI: 14,57 g; Soli: 1,77 g; WW: 11,28 Por. Ener. z B: 8,70 %; Ener. z T: 5,91 %; Ener. z BI: 1,24 %; K: 2909,12 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 701,60 kcal; B: 37,22 g; T: 11,17 g; Kw. tł. nasy.: 2,51 g; W: 116,12 g; W. biał. cukry: 18,35 g; BI: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener. z B: 9,66 %; Ener. z T: 6,80 %; Ener. z W: 19,07 %; Ener. z BI: 1,08 %; K: 2120,62 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł. nasy.: 3,99 g; W: 113,08 g; W. biał. cukry: 19,77 g; BI: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener. z B: 8,74 %; Ener. z T: 7,70 %; Ener. z BI: 0,73 %; K: 2388,82 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 791,60 kcal; B: 37,22 g; T: 21,17 g; Kw. tł. nasy.: 3,17 g; W: 116,12 g; W. biał. cukry: 18,35 g; BI: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener. z B: 7,00 %; Ener. z T: 8,95 %; Ener. z BI: 1,11 %; K: 2120,62 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł. nasy.: 3,99 g; W: 113,08 g; W. biał. cukry: 19,77 g; BI: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener. z B: 8,74 %; Ener. z T: 7,70 %; Ener. z BI: 0,73 %; K: 2388,82 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 791,60 kcal; B: 37,22 g; T: 21,17 g; Kw. tł. nasy.: 3,17 g; W: 116,12 g; W. biał. cukry: 18,35 g; BI: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener. z B: 6,32 %; Ener. z T: 8,08 %; Ener. z BI: 1,00 %; K: 2120,62 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 802,09 kcal; B: 49,70 g; T: 19,12 g; Kw. tł. nasy.: 3,57 g; W: 113,48 g; W. biał. cukry: 25,75 g; BI: 11,35 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,18 Por. Ener. z B: 8,50 %; Ener. z T: 7,36 %; Ener. z BI: 0,97 %; K: 3038,82 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 752,34 kcal; B: 34,34 g; T: 19,71 g; Kw. tł. nasy.: 2,75 g; W: 116,52 g; W. biał. cukry: 24,33 g; BI: 14,38 g; Soli: 2,23 g; WW: 10,20 Por. Ener. z B: 6,00 %; Ener. z T: 7,75 %; Ener. z BI: 1,26 %; K: 2770,62 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł. nasy.: 3,99 g; W: 113,08 g; W. biał. cukry: 19,77 g; BI: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener. z B: 10,42 %; Ener. z T: 9,18 %; Ener. z BI: 0,87 %; K: 2388,82 mg;</p>									
<p>Wskaźniki odżywcze: E: 791,60 kcal; B: 37,22 g; T: 21,17 g; Kw. tł. nasy.: 3,17 g; W: 116,12 g; W. biał. cukry: 18,35 g; BI: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener. z B: 7,57 %; Ener. z T: 21,21 %; Ener. z BI: 9,68 %; Ener. z BI: 1,20 %; K: 2120,62 mg;</p>									
PD									

GM-I Podstawowa zestaw I	GM-I Podstawowa zestaw II	GM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw I	GM-IV Latwo strawna dziecięca Zestaw II	GM-VI Poopercyjna Zestaw I	GM-VI Poopercyjna Zestaw II	GM-VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zolad. Zestaw I	GM-VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zolad. Zestaw II	GM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	GM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunkowa debowa Kiel wp gr rozdz. wędz. par zo: z dodat. wody w ost. niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Wskazniki odżywcze: E: 387,36 kcal; B: 14,69 g; T: 10,90 g; Kw. tł. nasy.: 3,66 g; W: 59,42 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Soli: 3,22 g; WW: 5,52 Por; Ener. z W: 2,50 %; Ener. z T: 4,18 %; Ener. z Bł.: 0,36 %; K: 246,59 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 387,36 kcal; B: 14,69 g; T: 10,90 g; Kw. tł. nasy.: 3,66 g; W: 59,42 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Soli: 3,22 g; WW: 5,52 Por; Ener. z W: 2,89 %; Ener. z T: 4,48 %; Ener. z Bł.: 0,38 %; K: 246,59 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,71 kcal; B: 15,58 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,58 g; W: 49,08 g; W tym cukry: 3,34 g; Bł.: 2,37 g; Soli: 2,39 g; WW: 4,68 Por; Ener. z W: 2,86 %; Ener. z T: 4,46 %; Ener. z Bł.: 0,22 %; K: 322,04 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,71 kcal; B: 15,58 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,58 g; W: 49,08 g; W tym cukry: 3,34 g; Bł.: 2,37 g; Soli: 2,39 g; WW: 4,68 Por; Ener. z W: 2,93 %; Ener. z T: 4,57 %; Ener. z Bł.: 0,22 %; K: 322,04 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 376,10 kcal; B: 16,76 g; T: 12,52 g; Kw. tł. nasy.: 3,68 g; W: 50,37 g; W tym cukry: 1,54 g; Bł.: 2,70 g; Soli: 2,49 g; WW: 4,78 Por; Ener. z W: 2,79 %; Ener. z T: 4,68 %; Ener. z Bł.: 0,22 %; K: 214,30 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 376,10 kcal; B: 16,76 g; T: 12,52 g; Kw. tł. nasy.: 3,68 g; W: 50,37 g; W tym cukry: 1,54 g; Bł.: 2,70 g; Soli: 2,49 g; WW: 4,78 Por; Ener. z W: 2,85 %; Ener. z T: 4,78 %; Ener. z Bł.: 0,23 %; K: 214,30 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 376,10 kcal; B: 16,76 g; T: 12,52 g; Kw. tł. nasy.: 3,68 g; W: 50,37 g; W tym cukry: 1,54 g; Bł.: 2,70 g; Soli: 2,49 g; WW: 4,78 Por; Ener. z W: 2,87 %; Ener. z T: 4,82 %; Ener. z Bł.: 0,23 %; K: 214,30 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 376,10 kcal; B: 16,76 g; T: 12,52 g; Kw. tł. nasy.: 3,68 g; W: 50,37 g; W tym cukry: 1,54 g; Bł.: 2,70 g; Soli: 2,49 g; WW: 4,78 Por; Ener. z W: 2,93 %; Ener. z T: 4,93 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 214,30 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 278,61 kcal; B: 15,47 g; T: 2,79 g; Kw. tł. nasy.: 0,78 g; W: 48,97 g; W tym cukry: 3,24 g; Bł.: 2,37 g; Soli: 2,37 g; WW: 4,67 Por; Ener. z W: 3,07 %; Ener. z T: 9,24 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 320,54 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 278,61 kcal; B: 15,47 g; T: 2,79 g; Kw. tł. nasy.: 0,78 g; W: 48,97 g; W tym cukry: 3,24 g; Bł.: 2,37 g; Soli: 2,37 g; WW: 4,67 Por; Ener. z W: 3,14 %; Ener. z T: 1,28 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 320,54 mg.
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
E: 2349,52 kcal; B: 119,82 g; T: 69,29 g; Kw. tł. nasy.: 27,58 g; W: 324,68 g; W tym cukry: 75,56 g; Bł.: 23,95 g; Soli: 9,73 g; WW: 30,17 Por; Ener. z W: 20,40 %; Ener. z T: 51,20 %; Ener. z Bł.: 26,54 %; Ener. z K: 2,04 %; K: 4366,31 mg.	E: 2188,29 kcal; B: 102,28 g; T: 62,18 g; Kw. tł. nasy.: 26,68 g; W: 313,24 g; W tym cukry: 64,38 g; Bł.: 21,16 g; Soli: 9,38 g; WW: 29,34 Por; Ener. z W: 18,70 %; Ener. z T: 53,39 %; Ener. z Bł.: 25,57 %; Ener. z K: 1,93 %; K: 3577,81 mg.	E: 2177,65 kcal; B: 111,13 g; T: 65,00 g; Kw. tł. nasy.: 17,45 g; W: 291,97 g; W tym cukry: 46,60 g; Bł.: 17,69 g; Soli: 7,12 g; WW: 27,59 Por; Ener. z W: 20,41 %; Ener. z T: 50,38 %; Ener. z Bł.: 26,87 %; Ener. z K: 1,62 %; K: 3617,22 mg.	E: 2127,49 kcal; B: 95,73 g; T: 65,59 g; Kw. tł. nasy.: 16,63 g; W: 294,93 g; W tym cukry: 294,93 g; W tym cukry: 45,18 g; Bł.: 17,69 g; Soli: 7,12 g; WW: 27,59 Por; Ener. z W: 20,41 %; Ener. z T: 51,57 %; Ener. z Bł.: 26,79 %; Ener. z K: 1,45 %; K: 3913,56 mg.	E: 2406,46 kcal; B: 122,48 g; T: 71,62 g; Kw. tł. nasy.: 22,12 g; W: 323,37 g; W tym cukry: 79,70 g; Bł.: 17,45 g; Soli: 7,86 g; WW: 30,78 Por; Ener. z W: 20,36 %; Ener. z T: 50,85 %; Ener. z Bł.: 26,79 %; Ener. z K: 1,45 %; K: 3913,56 mg.	E: 2356,30 kcal; B: 107,09 g; T: 72,20 g; Kw. tł. nasy.: 21,30 g; W: 326,33 g; W tym cukry: 78,27 g; Bł.: 20,43 g; Soli: 8,05 g; WW: 30,80 Por; Ener. z W: 18,18 %; Ener. z T: 51,93 %; Ener. z Bł.: 27,58 %; Ener. z K: 1,73 %; K: 3640,41 mg.	E: 2337,69 kcal; B: 121,23 g; T: 72,29 g; Kw. tł. nasy.: 21,84 g; W: 309,49 g; W tym cukry: 72,86 g; Bł.: 18,94 g; Soli: 8,35 g; WW: 29,11 Por; Ener. z W: 20,74 %; Ener. z T: 49,72 %; Ener. z Bł.: 27,83 %; Ener. z K: 1,62 %; K: 4619,65 mg.	E: 2287,94 kcal; B: 105,87 g; T: 72,88 g; Kw. tł. nasy.: 21,02 g; W: 312,53 g; W tym cukry: 71,44 g; Bł.: 21,97 g; Soli: 8,61 g; WW: 29,13 Por; Ener. z W: 18,51 %; Ener. z T: 50,80 %; Ener. z Bł.: 28,67 %; Ener. z K: 1,92 %; K: 4351,45 mg.	E: 2017,59 kcal; B: 115,06 g; T: 47,72 g; Kw. tł. nasy.: 13,90 g; W: 286,71 g; W tym cukry: 70,57 g; Bł.: 16,54 g; Soli: 6,95 g; WW: 27,20 Por; Ener. z W: 22,81 %; Ener. z T: 53,56 %; Ener. z Bł.: 21,28 %; Ener. z K: 1,64 %; K: 4016,96 mg.	E: 1967,84 kcal; B: 99,70 g; T: 48,31 g; Kw. tł. nasy.: 13,07 g; W: 289,74 g; W tym cukry: 69,15 g; Bł.: 19,56 g; Soli: 7,21 g; WW: 27,22 Por; Ener. z W: 20,27 %; Ener. z T: 54,92 %; Ener. z Bł.: 22,09 %; Ener. z K: 1,99 %; K: 3748,76 mg.

<p>OM- IX Łatwo strawna</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- X Łatwo strawna zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Platki żytnie na mleku 400 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Ogorek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Platki żytnie na mleku 400 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Ogorek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XI</p> <p>Ubogoenerygetyczna</p> <p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>OM- XIV Eliminacyjna Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOŁ</u>) Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Eliminacyjna Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOŁ</u>) Marchew oproszana z olejem (l) 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>2023-10-15 niedziela</p>										
<p>Śniadanie</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 1005,73 kcal; B: 46,21 g; T: 32,45 g; Kw. tł. nasy.: 12,00 g; W: 134,96 g; W tym cukry: 46,75 g; Bł.: 7,21 g; Sól: 3,69 g; WW: 12,85 Por. Ener. z B: 8,08 %; Ener. z T: 22,35 %; Ener. z W: 12,78 %; Ener. z Bł.: 0,63 %; K: 1223,97 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 1005,73 kcal; B: 46,21 g; T: 32,45 g; Kw. tł. nasy.: 12,00 g; W: 134,96 g; W tym cukry: 46,75 g; Bł.: 7,21 g; Sól: 3,69 g; WW: 12,85 Por. Ener. z B: 8,26 %; Ener. z W: 22,85 %; Ener. z T: 13,06 %; Ener. z Bł.: 0,64 %; K: 1223,97 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 816,39 kcal; B: 40,29 g; T: 25,03 g; Kw. tł. nasy.: 8,65 g; W: 111,03 g; W tym cukry: 21,02 g; Bł.: 7,11 g; Sól: 3,46 g; WW: 10,43 Por. Ener. z B: 6,91 %; Ener. z W: 17,81 %; Ener. z T: 9,65 %; Ener. z Bł.: 0,61 %; K: 835,47 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 816,39 kcal; B: 40,29 g; T: 25,03 g; Kw. tł. nasy.: 8,65 g; W: 111,03 g; W tym cukry: 21,02 g; Bł.: 7,11 g; Sól: 3,46 g; WW: 10,43 Por. Ener. z B: 7,08 %; Ener. z W: 18,26 %; Ener. z T: 9,90 %; Ener. z Bł.: 0,62 %; K: 835,47 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 794,66 kcal; B: 39,14 g; T: 20,92 g; Kw. tł. nasy.: 7,19 g; W: 114,93 g; W tym cukry: 38,47 g; Bł.: 6,82 g; Sól: 3,49 g; WW: 10,88 Por. Ener. z B: 8,13 %; Ener. z W: 22,47 %; Ener. z T: 9,78 %; Ener. z Bł.: 0,71 %; K: 969,69 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 969,73 kcal; B: 47,12 g; T: 32,35 g; Kw. tł. nasy.: 11,92 g; W: 124,77 g; W tym cukry: 47,66 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,88 g; WW: 12,02 Por. Ener. z B: 7,27 %; Ener. z W: 18,43 %; Ener. z T: 11,24 %; Ener. z Bł.: 0,42 %; K: 1309,09 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 969,73 kcal; B: 47,12 g; T: 32,35 g; Kw. tł. nasy.: 11,92 g; W: 124,77 g; W tym cukry: 47,66 g; Bł.: 5,41 g; Sól: 2,88 g; WW: 12,02 Por. Ener. z B: 7,42 %; Ener. z W: 18,79 %; Ener. z T: 11,46 %; Ener. z Bł.: 0,43 %; K: 1309,09 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 918,89 kcal; B: 38,93 g; T: 26,73 g; Kw. tł. nasy.: 12,00 g; W: 133,40 g; W tym cukry: 46,75 g; Bł.: 7,21 g; Sól: 2,60 g; WW: 12,69 Por. Ener. z B: 7,34 %; Ener. z W: 23,81 %; Ener. z T: 11,35 %; Ener. z Bł.: 0,68 %; K: 1223,97 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 503,35 kcal; B: 17,53 g; T: 13,34 g; Kw. tł. nasy.: 3,19 g; W: 81,49 g; W tym cukry: 6,41 g; Bł.: 6,30 g; Sól: 2,32 g; WW: 7,51 Por. Ener. z B: 4,18 %; Ener. z W: 17,92 %; Ener. z T: 7,15 %; Ener. z Bł.: 0,75 %; K: 441,25 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 503,35 kcal; B: 17,53 g; T: 13,34 g; Kw. tł. nasy.: 3,19 g; W: 81,49 g; W tym cukry: 6,41 g; Bł.: 6,30 g; Sól: 2,32 g; WW: 7,51 Por. Ener. z B: 4,31 %; Ener. z W: 18,47 %; Ener. z T: 7,37 %; Ener. z Bł.: 0,77 %; K: 441,25 mg;</p>	
<p>II ŚN</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 210,80 kcal; B: 7,31 g; T: 5,24 g; Kw. tł. nasy.: 1,76 g; W: 34,73 g; W tym cukry: 0,70 g; Bł.: 2,05 g; Sól: 1,52 g; WW: 3,29 Por. Ener. z B: 1,25 %; Ener. z T: 2,02 %; Ener. z Bł.: 0,18 %; K: 89,05 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 210,80 kcal; B: 7,31 g; T: 5,24 g; Kw. tł. nasy.: 1,76 g; W: 34,73 g; W tym cukry: 0,70 g; Bł.: 2,05 g; Sól: 1,52 g; WW: 3,29 Por. Ener. z B: 1,28 %; Ener. z W: 5,74 %; Ener. z T: 2,07 %; Ener. z Bł.: 0,18 %; K: 89,05 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 210,80 kcal; B: 7,31 g; T: 5,24 g; Kw. tł. nasy.: 1,76 g; W: 34,73 g; W tym cukry: 0,70 g; Bł.: 2,05 g; Sól: 1,52 g; WW: 3,29 Por. Ener. z B: 1,28 %; Ener. z W: 5,74 %; Ener. z T: 2,07 %; Ener. z Bł.: 0,18 %; K: 89,05 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,03 %; Ener. z W: 4,12 %; Ener. z T: 1,79 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,05 %; Ener. z W: 4,20 %; Ener. z T: 1,82 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,05 %; Ener. z W: 4,20 %; Ener. z T: 1,82 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,05 %; Ener. z W: 4,20 %; Ener. z T: 1,82 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,05 %; Ener. z W: 4,20 %; Ener. z T: 1,82 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 180,80 kcal; B: 6,64 g; T: 5,14 g; Kw. tł. nasy.: 1,70 g; W: 27,58 g; W tym cukry: 0,64 g; Bł.: 0,88 g; Sól: 0,99 g; WW: 2,69 Por. Ener. z B: 1,05 %; Ener. z W: 4,20 %; Ener. z T: 1,82 %; Ener. z Bł.: 0,07 %; K: 57,85 mg;</p>	

nazwa jednostki <ulica>, <kod> Jadłospisy w dniu 2023-10-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-10-15 niedziela

OW- IX Latwo strawna	OW- IX Latwo strawna zestaw II	OW- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgł. Zestaw I	OW- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgł. Zestaw II	OW- XI Ubogoenerygetyczna	OW- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OW- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OW- XIII Niskobiałkowa	OW- XV Eliminacyjna Zestaw I	OW- XV Eliminacyjna Zestaw II
<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, Ziemniaki () 180 g) Schab gotowany 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł: 3,99 g; W: 113,08 g; W tym cukry: 19,77 g; B: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener: z B: 9,20 %; Ener: z W: 18,25 %; Ener: z T: 8,10 %; Ener: z BI.: 0,77 %; K: 2388,82 mg;</p>	<p>Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Zrzak drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 791,60 kcal; B: 37,22 g; T: 21,17 g; Kw. tł: 3,17 g; W: 116,12 g; W tym cukry: 18,35 g; B: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener: z B: 6,66 %; Ener: z W: 18,66 %; Ener: z T: 8,52 %; Ener: z BI.: 1,05 %; K: 2120,62 mg;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 695,27 kcal; B: 52,56 g; T: 10,70 g; Kw. tł: 3,35 g; W: 97,12 g; W tym cukry: 7,89 g; B: 9,63 g; Soli: 1,74 g; WW: 8,85 Por. Ener: z B: 9,02 %; Ener: z W: 15,00 %; Ener: z T: 4,13 %; Ener: z BI.: 0,83 %; K: 2384,46 mg;</p>	<p>Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 638,27 kcal; B: 36,71 g; T: 11,15 g; Kw. tł: 2,51 g; W: 98,93 g; W tym cukry: 5,54 g; B: 10,80 g; Soli: 1,92 g; WW: 8,93 Por. Ener: z B: 6,45 %; Ener: z W: 15,49 %; Ener: z T: 4,41 %; Ener: z BI.: 0,95 %; K: 2013,56 mg;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 100 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł: 3,99 g; W: 113,08 g; W tym cukry: 19,77 g; B: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener: z B: 10,93 %; Ener: z W: 21,68 %; Ener: z T: 9,62 %; Ener: z BI.: 0,91 %; K: 2388,82 mg;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 100 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł: 3,99 g; W: 113,08 g; W tym cukry: 19,77 g; B: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener: z B: 8,12 %; Ener: z W: 16,11 %; Ener: z T: 7,15 %; Ener: z BI.: 0,68 %; K: 2388,82 mg;</p>	<p>Selerowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Zrzak drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, JAU,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 791,60 kcal; B: 37,22 g; T: 21,17 g; Kw. tł: 3,17 g; W: 116,12 g; W tym cukry: 18,35 g; B: 11,78 g; Soli: 1,97 g; WW: 10,54 Por. Ener: z B: 5,86 %; Ener: z W: 16,42 %; Ener: z T: 7,50 %; Ener: z BI.: 0,93 %; K: 2120,62 mg;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 100 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 841,35 kcal; B: 52,58 g; T: 20,58 g; Kw. tł: 3,99 g; W: 113,08 g; W tym cukry: 19,77 g; B: 8,75 g; Soli: 1,71 g; WW: 10,52 Por. Ener: z B: 9,92 %; Ener: z W: 19,68 %; Ener: z T: 8,73 %; Ener: z BI.: 0,83 %; K: 2388,82 mg;</p>	<p>Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Schab gotowany 100 g Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 824,45 kcal; B: 51,95 g; T: 19,38 g; Kw. tł: 3,87 g; W: 112,19 g; W tym cukry: 19,29 g; B: 8,76 g; Soli: 1,69 g; WW: 10,43 Por. Ener: z B: 12,38 %; Ener: z W: 10,39 %; Ener: z BI.: 1,04 %; K: 2375,56 mg;</p>	<p>Selerowa z makaronem (bez mleka) () 400 g (GLU PSZ, SEL,) Zrzak drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAU,) Spos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 774,60 kcal; B: 36,58 g; T: 19,97 g; Kw. tł: 3,05 g; W: 115,21 g; W tym cukry: 17,86 g; B: 11,78 g; Soli: 1,95 g; WW: 10,45 Por. Ener: z B: 8,99 %; Ener: z W: 25,40 %; Ener: z T: 11,03 %; Ener: z BI.: 1,45 %; K: 2106,52 mg;</p>

PD

Wydruk z MAP! Jadłospis 2.23.9.12
Jadłospis Tygodniowy_posilki_w_wierszach f:3

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Taborowa 126 lok. 502 91-501-542
NIP 6772398589 REGON 363716150
KRS 0000099028 363716150
Wydrukował: MUFral. Data i godzina wydruku 2023-10-15 15:54

OM- IX Latwo strawna	OM- IX Latwo strawna zestaw II	OM- X ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Udoogenetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa latwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa latwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 25 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynkowa dębowa KielWP gr. rozdz. wędz. par zo: z dodatki wody w ost. niejad 25 g Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Wskazniki odżywcze: E: 439,07 kcal; B: 17,86 g; T: 11,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,72 g; W: 69,26 g; W tym cukry: 3,59 g; Bł.: 4,83 g; Sól: 3,53 g; WW: 6,45 Por; Ener. z B: 3,13 %; Ener. z T: 11,27 %; Ener. z W: 4,39 %; Ener. z Bł.: 0,42 %; K: 394,68 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 439,07 kcal; B: 17,86 g; T: 11,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,72 g; W: 69,26 g; W tym cukry: 3,59 g; Bł.: 4,83 g; Sól: 3,53 g; WW: 6,45 Por; Ener. z B: 3,19 %; Ener. z W: 11,52 %; Ener. z T: 4,49 %; Ener. z Bł.: 0,43 %; K: 394,68 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 439,72 kcal; B: 17,89 g; T: 11,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,72 g; W: 69,41 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,54 g; WW: 6,46 Por; Ener. z B: 3,07 %; Ener. z W: 11,06 %; Ener. z T: 4,30 %; Ener. z Bł.: 0,42 %; K: 404,35 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 439,72 kcal; B: 17,89 g; T: 11,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,72 g; W: 69,41 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,54 g; WW: 6,46 Por; Ener. z B: 3,14 %; Ener. z W: 11,34 %; Ener. z T: 4,41 %; Ener. z Bł.: 0,43 %; K: 404,35 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 288,76 kcal; B: 10,61 g; T: 2,16 g; Kw. tł. nasy.: 0,60 g; W: 58,46 g; W tym cukry: 2,43 g; Bł.: 4,21 g; Sól: 2,38 g; WW: 5,43 Por; Ener. z B: 2,20 %; Ener. z W: 11,28 %; Ener. z T: 1,01 %; Ener. z Bł.: 0,44 %; K: 245,09 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,71 kcal; B: 15,58 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,58 g; W: 49,08 g; W tym cukry: 3,34 g; Bł.: 2,37 g; Sól: 2,39 g; WW: 4,68 Por; Ener. z B: 2,41 %; Ener. z W: 7,21 %; Ener. z T: 3,75 %; Ener. z Bł.: 0,18 %; K: 322,04 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,71 kcal; B: 15,58 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,58 g; W: 49,08 g; W tym cukry: 3,34 g; Bł.: 2,37 g; Sól: 2,39 g; WW: 4,68 Por; Ener. z B: 2,45 %; Ener. z W: 7,35 %; Ener. z T: 3,82 %; Ener. z Bł.: 0,19 %; K: 322,04 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 360,21 kcal; B: 10,70 g; T: 10,16 g; Kw. tł. nasy.: 3,40 g; W: 58,43 g; W tym cukry: 2,43 g; Bł.: 4,17 g; Sól: 2,39 g; WW: 5,43 Por; Ener. z B: 2,02 %; Ener. z W: 10,23 %; Ener. z T: 4,31 %; Ener. z Bł.: 0,39 %; K: 236,92 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,61 kcal; B: 15,47 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,08 g; W: 48,97 g; W tym cukry: 3,24 g; Bł.: 2,37 g; Sól: 2,41 g; WW: 4,67 Por; Ener. z B: 3,80 %; Ener. z W: 11,44 %; Ener. z T: 5,96 %; Ener. z Bł.: 0,29 %; K: 320,54 mg.	Wskazniki odżywcze: E: 350,61 kcal; B: 15,47 g; T: 10,79 g; Kw. tł. nasy.: 3,08 g; W: 48,97 g; W tym cukry: 3,24 g; Bł.: 2,37 g; Sól: 2,41 g; WW: 4,67 Por; Ener. z B: 3,80 %; Ener. z W: 11,44 %; Ener. z T: 5,96 %; Ener. z Bł.: 0,29 %; K: 320,54 mg.
PN									
E: 2286,15 kcal; B: 116,65 g; T: 64,19 g; Kw. tł. nasy.: 19,72 g; W: 317,30 g; W tym cukry: 70,11 g; Bł.: 20,80 g; Sól: 8,94 g; WW: 29,83 Por; Ener. z B: 20,41 %; Ener. z W: 51,88 %; Ener. z T: 25,07 %; Ener. z Bł.: 1,82 %; K: 4007,48 mg.	E: 2236,40 kcal; B: 101,29 g; T: 64,78 g; Kw. tł. nasy.: 18,90 g; W: 320,34 g; W tym cukry: 68,68 g; Bł.: 23,82 g; Sól: 9,19 g; WW: 29,84 Por; Ener. z B: 18,12 %; Ener. z W: 53,03 %; Ener. z T: 26,07 %; Ener. z Bł.: 2,13 %; K: 3739,28 mg.	E: 2333,53 kcal; B: 125,65 g; T: 67,78 g; Kw. tł. nasy.: 19,71 g; W: 336,35 g; W tym cukry: 34,56 g; Bł.: 24,98 g; Sól: 10,92 g; WW: 31,23 Por; Ener. z B: 21,57 %; Ener. z W: 53,20 %; Ener. z T: 22,28 %; Ener. z Bł.: 2,14 %; K: 3796,74 mg.	E: 2276,53 kcal; B: 109,96 g; T: 58,23 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; W: 337,17 g; W tym cukry: 32,21 g; Bł.: 26,15 g; Sól: 11,10 g; WW: 31,30 Por; Ener. z B: 19,82 %; Ener. z W: 54,65 %; Ener. z T: 23,02 %; Ener. z Bł.: 2,30 %; K: 3425,84 mg.	E: 1924,77 kcal; B: 102,33 g; T: 43,66 g; Kw. tł. nasy.: 11,78 g; W: 286,47 g; W tym cukry: 60,67 g; Bł.: 19,78 g; Sól: 7,58 g; WW: 28,83 Por; Ener. z B: 21,27 %; Ener. z W: 55,42 %; Ener. z T: 20,41 %; Ener. z Bł.: 2,06 %; K: 3803,60 mg.	E: 2590,84 kcal; B: 135,52 g; T: 75,42 g; Kw. tł. nasy.: 23,93 g; W: 348,52 g; W tym cukry: 79,85 g; Bł.: 18,23 g; Sól: 8,66 g; WW: 33,29 Por; Ener. z B: 20,92 %; Ener. z W: 50,99 %; Ener. z T: 26,20 %; Ener. z Bł.: 1,41 %; K: 4382,21 mg.	E: 2541,09 kcal; B: 120,16 g; T: 76,01 g; Kw. tł. nasy.: 23,10 g; W: 351,55 g; W tym cukry: 78,43 g; Bł.: 21,25 g; Sól: 8,92 g; WW: 33,31 Por; Ener. z B: 18,91 %; Ener. z W: 51,99 %; Ener. z T: 26,92 %; Ener. z Bł.: 1,67 %; K: 4114,01 mg.	E: 2120,45 kcal; B: 102,21 g; T: 57,47 g; Kw. tł. nasy.: 19,40 g; W: 304,91 g; W tym cukry: 68,95 g; Bł.: 20,14 g; Sól: 6,71 g; WW: 28,64 Por; Ener. z B: 19,28 %; Ener. z W: 53,72 %; Ener. z T: 24,39 %; Ener. z Bł.: 1,90 %; K: 3849,72 mg.	E: 1678,41 kcal; B: 84,95 g; T: 43,51 g; Kw. tł. nasy.: 10,14 g; W: 242,65 g; W tym cukry: 28,94 g; Bł.: 17,44 g; Sól: 6,42 g; WW: 22,61 Por; Ener. z B: 20,25 %; Ener. z W: 53,67 %; Ener. z T: 23,33 %; Ener. z Bł.: 2,08 %; K: 3137,36 mg.	E: 1628,56 kcal; B: 69,59 g; T: 44,10 g; Kw. tł. nasy.: 9,32 g; W: 245,67 g; W tym cukry: 27,51 g; Bł.: 20,45 g; Sól: 6,68 g; WW: 22,63 Por; Ener. z B: 17,09 %; Ener. z W: 55,32 %; Ener. z T: 24,37 %; Ener. z Bł.: 2,51 %; K: 2868,32 mg.

2023-10-15 niedziela

2023-10-15 niedziela	
0M- Dzieci 1-3 lat	
	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g
	Śniadanie
	Wskazniki odżywcze: E: 385,39 kcal; B: 16,61 g; T: 9,57 g; Kw. tł. nasy.: 4,33 g; W: 58,90 g; W tym cukry: 18,47 g; Bł.: 1,50 g; Soli: 0,72 g; WW: 5,77 Por. Ener. z B: 5,47 %; Ener. z W: 18,92 %; Ener. z T: 7,10 %; Ener. z Bł.: 0,25 %; K: 355,85 mg;
	Masłanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u>)
	Wskazniki odżywcze: E: 111,00 kcal; B: 4,80 g; T: 2,25 g; Kw. tł. nasy.: 1,50 g; W: 18,00 g; W tym cukry: 0,00 g; Bł.: 0,00 g; Soli: 0,15 g; WW: 1,80 Por. Ener. z B: 1,58 %; Ener. z W: 5,93 %; Ener. z T: 1,67 %; Ener. z Bł.: 0,00 %; K: 0,00 mg;
II ŚN	

OM- Dzieci 1-3 lat

2023-10-15 niedziela	
Obiad	
Pomidorowa z makaronem () 200 ml (GLUPSZ_MLE_SEL...)	
Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 50 g (GLUPSZ_JAJ...)	
Sos własny () 50 ml (GLUPSZ_SEL...)	
Ziemniaki () 90 g	
Bukiet warzyw gotowanych krojowski* 100 g	
Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
Wskaźniki odżywcze: E: 394.16 kcal; B: 19.54 g; T: 5.77 g; Kw. tł: nasy.: 1.29 g; W: 67.10 g; W tym cukry: 14.33 g; Bt.: 5.01 g; Sól: 0.92 g; WW: 6.25 Por; Ener. z B: 6.44 %; Ener. z W: 20.47 %; Ener. z T: 4.28 %; Ener. z Bt.: 0.83 %; K: 1100.76 mg;	
PD	Jabłko pieczone 150 g
Wskaźniki odżywcze: E: 75.00 kcal; B: 0.60 g; T: 0.60 g; Kw. tł. nasy.: 0.06 g; W: 18.15 g; W tym cukry: 14.55 g; Bt.: 3.00 g; Sól: 0.01 g; WW: 1.50 Por; Ener. z B: 0.26 %; Ener. z W: 4.99 %; Ener. z T: 0.45 %; Ener. z Bt.: 0.49 %; K: 201.00 mg;	

OM- Dzieci 1-3 lat

2023-10-15 niedziela	
PN	Kolacja
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł:wp.g:rozd:wędz:parzo z dodat:wody w osi:niejad 30 g Pomidor b/śorki 40 g
	Wskazniki odżywcze: E: 247.70 kcal; B: 9.65 g; T: 5.72 g; Kw: tł. nasy.: 1.88 g; W: 40.11 g; W tym cukry: 10.30 g; Bł.: 1.40 g; Sól: 1.47 g; WW: 3.88 Por; Ener.: z B: 3.18 %; Ener. z W: 12.76 %; Ener. z T: 4.25 %; Ener. z Bł.: 0.23 %; K: 174.68 mg;
	E: 1213.24 kcal; B: 51.20 g; T: 23.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.06 g; W: 202.26 g; W tym cukry: 57.65 g; Bł.: 10.91 g; Sól: 3.28 g; WW: 19.20 Por; Ener. z B: 16.88 %; Ener. z W: 63.09 %; Ener. z T: 17.74 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 1842.29 mg;

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.

ul. Traktorowa 126 lok. 201, 91-204 Łódź

NIP 6772398589 REGON 363712400 9 z 10

KRS 0001601008

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne,

RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,

SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

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

SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,

S02 - Dwutlenek siarki / siarczyn,

FUB - Fubin 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 JEÇZ - 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,