

2023-11-11 sobota									
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. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% # 15 g Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>OW</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)		Sonda / płynna śn. 500 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)	Płatki 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 bez mleczna o zaw. 80% # 15 g Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>OW</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki 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 bez mleczna o zaw. 80% # 15 g Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>OW</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, serkek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)	Płatki 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 bez mleczna o zaw. 80% # 15 g Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>OW</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)	Płatki 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 bez mleczna o zaw. 80% # 15 g Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u> <u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>OW</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)		
II ŚN	Śniadanie	Sonda mleczna 500 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u> <u>MLE</u>)	Mandarynka 150 g	Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, serkek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)					

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do zwielenia 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. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Ogorkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) () 100 g (<u>JAJ. GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) () 100 g (<u>JAJ. GOR.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Sonda / plynna ob. 600 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>)	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Kolacja		PD							
Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Sonda miernat 500 g (<u>JAJ. SEL.</u>)	Butka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOL.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml						
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-11 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.wydz.soku żoład. Zestaw I	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2413,26 kcal; B: 93,07 g; T: 77,94 g; Kw. tł. nasy.: 23,56 g; W: 349,27 g; W tym cukry: 81,52 g; Bł.: 30,13 g; Sól: 10,23 g.	E: 2397,79 kcal; B: 104,35 g; T: 77,96 g; Kw. tł. nasy.: 24,76 g; W: 334,34 g; W tym cukry: 82,03 g; Bł.: 30,09 g; Sól: 9,52 g.	E: 2959,03 kcal; B: 160,56 g; T: 132,60 g; Kw. tł. nasy.: 48,47 g; W: 295,99 g; W tym cukry: 114,10 g; Bł.: 29,96 g; Sól: 3,63 g.	E: 2186,13 kcal; B: 83,89 g; T: 71,60 g; Kw. tł. nasy.: 20,04 g; W: 316,82 g; W tym cukry: 73,22 g; Bł.: 30,31 g; Sól: 7,35 g.	E: 2138,19 kcal; B: 94,32 g; T: 71,46 g; Kw. tł. nasy.: 21,20 g; W: 294,08 g; W tym cukry: 71,17 g; Bł.: 28,49 g; Sól: 7,16 g.	E: 2516,13 kcal; B: 98,91 g; T: 85,33 g; Kw. tł. nasy.: 28,13 g; W: 351,73 g; W tym cukry: 83,97 g; Bł.: 28,14 g; Sól: 8,16 g.	E: 2481,99 kcal; B: 109,78 g; T: 85,27 g; Kw. tł. nasy.: 29,30 g; W: 331,88 g; W tym cukry: 81,98 g; Bł.: 26,41 g; Sól: 8,02 g.	E: 2474,52 kcal; B: 99,93 g; T: 80,16 g; Kw. tł. nasy.: 27,57 g; W: 352,12 g; W tym cukry: 89,80 g; Bł.: 28,49 g; Sól: 8,21 g.	E: 2385,98 kcal; B: 109,14 g; T: 78,70 g; Kw. tł. nasy.: 28,63 g; W: 322,72 g; W tym cukry: 82,84 g; Bł.: 25,17 g; Sól: 7,91 g.	E: 2106,27 kcal; B: 92,64 g; T: 53,01 g; Kw. tł. nasy.: 16,50 g; W: 327,98 g; W tym cukry: 83,59 g; Bł.: 27,45 g; Sól: 7,58 g.

2023-11-11 sobota

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I	OM- XV Beźmleczna Zestaw II
Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT, MLE, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>MLE PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT, MLE, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszemno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT, MLE, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u>) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z serkiem śniadaniowym i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
2023-11-11 sobota									
Śniadanie									
II ŚN									

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	OM- XV Bezmleczna Zestaw II
Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAL</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>)	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAL</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) () b/c 100 g (<u>JAL</u> <u>GOR</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAL</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 50 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 120 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Pieczeń ryżynska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAL</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza Jęczmienna/sytko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Obiad									
PD									
Kolacja									
PN									

2023-11-11 sobota

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-11 sobota	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa Bogastrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I	OM- XV Beźmleczna Zestaw II
	E: 2058,33 kcal; B: 103,07 g; T: 52,87 g; Kw. tł. nasy.: 17,66 g; W: 305,24 g; W tym cukry: 81,54 g; Bł.: 25,63 g; Sól: 7,38 g.	E: 2446,63 kcal; B: 94,02 g; T: 77,49 g; Kw. tł. nasy.: 23,63 g; W: 358,36 g; W tym cukry: 82,93 g; Bł.: 31,71 g; Sól: 9,62 g.	E: 2398,69 kcal; B: 104,44 g; T: 77,34 g; Kw. tł. nasy.: 24,78 g; W: 335,62 g; W tym cukry: 80,88 g; Bł.: 29,89 g; Sól: 9,43 g.	E: 2581,21 kcal; B: 101,01 g; T: 90,13 g; Kw. tł. nasy.: 27,73 g; W: 359,44 g; W tym cukry: 42,85 g; Bł.: 35,70 g; Sól: 10,95 g.	E: 2398,69 kcal; B: 104,44 g; T: 77,34 g; Kw. tł. nasy.: 24,78 g; W: 335,62 g; W tym cukry: 80,88 g; Bł.: 29,89 g; Sól: 9,43 g.	E: 2970,38 kcal; B: 113,56 g; T: 98,15 g; Kw. tł. nasy.: 33,45 g; W: 422,26 g; W tym cukry: 116,34 g; Bł.: 29,30 g; Sól: 8,84 g.	E: 2922,44 kcal; B: 123,99 g; T: 98,01 g; Kw. tł. nasy.: 34,61 g; W: 399,52 g; W tym cukry: 114,29 g; Bł.: 27,48 g; Sól: 8,64 g.	E: 1249,27 kcal; B: 43,16 g; T: 49,10 g; Kw. tł. nasy.: 12,23 g; W: 168,02 g; W tym cukry: 33,59 g; Bł.: 19,44 g; Sól: 4,84 g.	E: 1969,02 kcal; B: 71,85 g; T: 61,16 g; Kw. tł. nasy.: 15,16 g; W: 300,18 g; W tym cukry: 51,15 g; Bł.: 34,96 g; Sól: 7,55 g.	E: 1860,79 kcal; B: 80,45 g; T: 60,65 g; Kw. tł. nasy.: 16,25 g; W: 261,55 g; W tym cukry: 39,97 g; Bł.: 26,56 g; Sól: 6,97 g.

2023-11-11 sobota						
OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkował/Przeciana	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorszkowa
Platki kukurydziane na mleku 200 ml (MŁE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka Królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, GLU OW.) Fasolka szparagowa z olejem * 30 g Mix sałat 20 g	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MŁE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka Królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, GLU OW.) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MŁE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MŁE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka Królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, GLU OW.) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MŁE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)				Platki owsiane na mleku 400 ml (MŁE, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MŁE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka Królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MŁE, GLU OW.) Fasolka szparagowa z olejem * 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Mandarynka 150 g			Mandarynka 150 g			
II ŚN						

PN	2023-11-11 sobota						
	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Pieczeń ryżyska drobiowa 50 g (GLU,PSZ,JAJ,)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 90 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>OM- Pawkowata/Przeclerana</p> <p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU,PSZ,JAJ,)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw I</p> <p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU,PSZ,JAJ,)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Położnicza Zestaw II</p> <p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw I</p> <p>Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU,PSZ,JAJ,)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Kamiąca Zestaw II</p> <p>Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 100 g</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- Bogatoreszkowa</p> <p>Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU,PSZ,MLE,SEL,)</p> <p>Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU,PSZ,JAJ,)</p> <p>Sos ziołowy* 50 ml (GLU,PSZ,SEL,)</p> <p>Kasza</p> <p>jeźmienna/sypko 170 g (GLU,JEJCZ,)</p> <p>Buraczki gotowane z olejem () 100 g</p> <p>Surówka Coleslaw (bez mleka) () b/c 100 g (JAJ,GOR,)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
	<p>PD</p> <p>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)</p>		<p>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)</p>				
	<p>Kolacja</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU,PSZ,)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Polędwica wiśniowa wędzonka wiśniowa z dodatkami wody 25 g (GLU,PSZ,SOL,)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE,)</p> <p>Pomidor biskorki 40 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ,)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Polędwica wiśniowa wędzonka wiśniowa z dodatkami wody 25 g (GLU,PSZ,SOL,)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE,)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU,PSZ,GLU,ŻYT,)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g</p> <p>Polędwica wiśniowa wędzonka wiśniowa wędzonka parzona z dodatkami wody 25 g (GLU,PSZ,SOL,)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE,)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				
	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>					<p>Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU,PSZ,SOL,MLE,)</p>	

<nazwa jednostki> <ulica> <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-11 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-11 sobota							
OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkatal/ Przeclerana	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatoresztkowa	
E: 1510,32 kcal; B: 56,24 g; T: 38,21 g; Kw. tl. nasy.: 12,14 g; W: 242,62 g; W tym cukry: 90,50 g; Bl.: 17,12 g; Sol: 4,97 g.	E: 2257,42 kcal; B: 92,84 g; T: 71,65 g; Kw. tl. nasy.: 22,79 g; W: 322,94 g; W tym cukry: 86,97 g; Bl.: 26,09 g; Sol: 7,71 g.	E: 2715,53 kcal; B: 101,58 g; T: 81,81 g; Kw. tl. nasy.: 26,05 g; W: 409,72 g; W tym cukry: 121,73 g; Bl.: 34,61 g; Sol: 9,85 g.	E: 2667,59 kcal; B: 112,01 g; T: 81,67 g; Kw. tl. nasy.: 27,21 g; W: 386,98 g; W tym cukry: 119,68 g; Bl.: 32,79 g; Sol: 9,65 g.	E: 2715,53 kcal; B: 101,58 g; T: 81,81 g; Kw. tl. nasy.: 26,05 g; W: 409,72 g; W tym cukry: 121,73 g; Bl.: 34,61 g; Sol: 9,85 g.	E: 2667,59 kcal; B: 112,01 g; T: 81,67 g; Kw. tl. nasy.: 27,21 g; W: 386,98 g; W tym cukry: 119,68 g; Bl.: 32,79 g; Sol: 9,65 g.	E: 2359,45 kcal; B: 94,25 g; T: 78,99 g; Kw. tl. nasy.: 22,67 g; W: 334,44 g; W tym cukry: 45,19 g; Bl.: 32,84 g; Sol: 10,25 g.	

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis_ Tygodniowy_posilki_w_wierszach.tr3

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.

ul. Wątkowska 11, 05-118 Ostrow Mazowiecka

NIP 6772398589 REGON 363712450

KRS 0000601008

strona 9 z 10

data wydruku: 2023-11-10 07:17:27

Oznaczenia wskaźników odz.:

- F - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemg rozp. 1169/2011,
- T - Tłuszcz,
- W - Węglowodany ogółem,
- Sól - 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,