

2023-11-15 środa													
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				
Śniadanie			Patki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU <u>PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 25 g (GLU <u>PSZ, SOL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)		Sonda / płynna śn. 500 g (GLU <u>PSZ, MLE.</u>)	Patki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 25 g (GLU <u>PSZ, SOL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c. 300 ml		Patki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 25 g (GLU <u>PSZ, SOL.</u>) Marchew gotowana z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)		Patki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)		Patki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 25 g (GLU <u>PSZ, SOL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	
II ŚN		Sonda mleczna! 500 g (GLU <u>PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Galaretki o smaku truskawkowym 250 g		Kanapka z szynką, (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt. (GLU <u>PSZ, SOL.</u>)								

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
Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ MLE S02.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos chrzanowy 80 ml (<u>GLU PSZ MLE S02.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 600 g (<u>GLU PSZ JAJ SEL.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pupiet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pupiet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pupiet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Bitka z fileta kurczaka 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy* 50 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE SEL.</u>) Pupiet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ SEL.</u>) Kasza jęczmienna/szytko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
<p>PD Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ MLE SEL.</u>)</p>									
<p>Kolacja Chleb mączny pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 250 g (<u>SEL.</u>) Papryka konserwowa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p>PN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>									
<p>Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ MLE SEL.</u>)</p>									
<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>									
<p>Bitka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szytkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osi.niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p>Bitka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szytkowa dębowa kieł.wp.gr.rodz.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osi.niejad 50 g Fasolka szparagowa z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-15 środa									
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
E: 2631,91 kcal; B: 108,69 g; T: 99,55 g; Kw. tł. nasy.: 29,77 g; W: 339,36 g; W tym cukry: 74,29 g; Bł.: 31,43 g; Sól: 11,04 g.	E: 2484,78 kcal; B: 114,18 g; T: 84,00 g; Kw. tł. nasy.: 27,63 g; W: 332,49 g; W tym cukry: 73,01 g; Bł.: 30,31 g; Sól: 10,86 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: 2029,06 kcal; B: 89,88 g; T: 61,07 g; Kw. tł. nasy.: 15,91 g; W: 289,50 g; W tym cukry: 41,46 g; Bł.: 20,86 g; Sól: 6,92 g.	E: 2101,30 kcal; B: 98,55 g; T: 60,84 g; Kw. tł. nasy.: 14,83 g; W: 299,37 g; W tym cukry: 40,29 g; Bł.: 21,00 g; Sól: 6,94 g.	E: 2302,51 kcal; B: 102,44 g; T: 76,83 g; Kw. tł. nasy.: 21,84 g; W: 312,06 g; W tym cukry: 69,09 g; Bł.: 24,43 g; Sól: 8,50 g.	E: 2374,76 kcal; B: 111,11 g; T: 76,60 g; Kw. tł. nasy.: 20,76 g; W: 321,93 g; W tym cukry: 67,92 g; Bł.: 24,57 g; Sól: 8,53 g.	E: 2302,51 kcal; B: 102,44 g; T: 76,83 g; Kw. tł. nasy.: 21,84 g; W: 312,06 g; W tym cukry: 69,09 g; Bł.: 24,43 g; Sól: 8,50 g.	E: 2394,46 kcal; B: 113,81 g; T: 77,07 g; Kw. tł. nasy.: 20,31 g; W: 323,02 g; W tym cukry: 67,92 g; Bł.: 24,57 g; Sól: 7,90 g.	E: 2056,98 kcal; B: 102,32 g; T: 60,96 g; Kw. tł. nasy.: 14,83 g; W: 307,58 g; W tym cukry: 66,17 g; Bł.: 21,67 g; Sól: 8,17 g.

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
Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Połędwica wiśniowa wędziona więprzowa z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Połędwica wiśniowa wędziona więprzowa z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Połędwica wiśniowa wędziona więprzowa z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Połędwica wiśniowa wędziona więprzowa z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Połędwica wiśniowa wędziona więprzowa z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, <u>GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE, <u>GLU, PSZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 10 g Szybkowa dębowa klej; wp. gr. rozdz. wędz. z dodat. wody w osł. niejadal. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, <u>GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 10 g Szybkowa dębowa klej; wp. gr. rozdz. wędz. z dodat. wody w osł. niejadal. 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Śniadanie									
2023-11-15 środa									
=									
Kanapka z szynką (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU, <u>PSZ, SOL.</u>)									
Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, <u>PSZ, SOL.</u>)									
Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, <u>PSZ, SOL.</u>)									

PN	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MIL.)		
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>OM- XV Bezmleczna Zestaw II</p>	<p>Krupnik ryżowy z ziemniakami*() 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ JAU.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Krupnik ryżowy z ziemniakami*() 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ JAU.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Krupnik ryżowy z ziemniakami*() 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p> <p>Krupnik ryżowy z ziemniakami*() 400 ml (MIL SEL.)</p> <p>Bitka z fileta kurczaka 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JEJCZ.)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/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 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLU PSZ SOL MIL.)</p> <p>Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt. (GLU PSZ SOL.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>
<p>Kolacja</p> <p>Bulka pszenna dluga krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</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 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80g</p> <p>Salata zielona 20g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p> <p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>

<nazwa_jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-15 środa	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
	E: 2129,23 kcal; B: 110,99 g; T: 50,73 g; Kw. tł. nasy.: 13,75 g; W: 317,45 g; W tym cukry: 65,00 g; Bł.: 21,81 g; Sól: 8,20 g.	E: 2194,14 kcal; B: 97,19 g; T: 67,26 g; Kw. tł. nasy.: 19,53 g; W: 311,59 g; W tym cukry: 64,96 g; Bł.: 25,12 g; Sól: 9,19 g.	E: 2266,39 kcal; B: 105,86 g; T: 67,03 g; Kw. tł. nasy.: 18,45 g; W: 321,46 g; W tym cukry: 63,80 g; Bł.: 25,26 g; Sól: 9,21 g.	E: 2496,56 kcal; B: 109,08 g; T: 77,84 g; Kw. tł. nasy.: 22,17 g; W: 357,05 g; W tym cukry: 53,92 g; Bł.: 34,53 g; Sól: 11,23 g.	E: 2568,81 kcal; B: 117,75 g; T: 77,60 g; Kw. tł. nasy.: 21,09 g; W: 366,92 g; W tym cukry: 52,75 g; Bł.: 34,67 g; Sól: 11,25 g.	E: 2549,78 kcal; B: 114,47 g; T: 85,66 g; Kw. tł. nasy.: 25,84 g; W: 340,85 g; W tym cukry: 73,11 g; Bł.: 22,62 g; Sól: 8,84 g.	E: 2622,03 kcal; B: 123,14 g; T: 85,43 g; Kw. tł. nasy.: 24,76 g; W: 350,72 g; W tym cukry: 71,94 g; Bł.: 22,76 g; Sól: 8,87 g.	E: 1521,61 kcal; B: 44,11 g; T: 42,28 g; Kw. tł. nasy.: 9,45 g; W: 251,40 g; W tym cukry: 52,66 g; Bł.: 21,94 g; Sól: 5,28 g.	E: 1668,24 kcal; B: 70,38 g; T: 45,03 g; Kw. tł. nasy.: 10,15 g; W: 257,41 g; W tym cukry: 23,88 g; Bł.: 25,39 g; Sól: 8,78 g.	E: 1741,89 kcal; B: 78,40 g; T: 44,72 g; Kw. tł. nasy.: 8,69 g; W: 268,17 g; W tym cukry: 22,71 g; Bł.: 25,53 g; Sól: 9,16 g.

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-15 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkował/Przeclerana	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatoresztkowa
E: 1568,59 kcal; B: 55,62 g; T: 43,46 g; Kw. tł. nasy.: 8,89 g; W: 245,57 g; W tym cukry: 71,02 g; Bł.: 14,55 g; Sól: 4,55 g.	E: 2120,13 kcal; B: 95,76 g; T: 66,65 g; Kw. tł. nasy.: 19,27 g; W: 293,95 g; W tym cukry: 64,06 g; Bł.: 20,37 g; Sól: 7,21 g.	E: 2447,06 kcal; B: 107,20 g; T: 70,26 g; Kw. tł. nasy.: 21,32 g; W: 357,14 g; W tym cukry: 71,26 g; Bł.: 25,12 g; Sól: 9,43 g.	E: 2519,30 kcal; B: 115,88 g; T: 70,03 g; Kw. tł. nasy.: 20,24 g; W: 367,01 g; W tym cukry: 70,10 g; Bł.: 25,26 g; Sól: 9,45 g.	E: 2447,06 kcal; B: 107,20 g; T: 70,26 g; Kw. tł. nasy.: 21,32 g; W: 357,14 g; W tym cukry: 71,26 g; Bł.: 25,12 g; Sól: 9,43 g.	E: 2519,30 kcal; B: 115,88 g; T: 70,03 g; Kw. tł. nasy.: 20,24 g; W: 367,01 g; W tym cukry: 70,10 g; Bł.: 25,26 g; Sól: 9,45 g.	E: 2148,11 kcal; B: 95,81 g; T: 64,75 g; Kw. tł. nasy.: 18,08 g; W: 309,62 g; W tym cukry: 53,10 g; Bł.: 28,58 g; Sól: 9,57 g.

2023-11-15 środa

Oznaczenia wskaźników odz.:

- F - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemwg 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,
- WM - w WM,