

<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółt. Zestaw I</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółt. Zestaw II</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>
2023-11-14 wtorek									
Śniadanie									
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec (I) 50 g (SEL.) Szynka królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>									
<p>Sonda / płynna śn. 500 g (GLU PSZ, MLE)</p>									
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec (I) 50 g (SEL.) Szynka królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>									
<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOL)</p>									
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec (I) 50 g (SEL.) Szynka królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.) Pomidor biskorki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p>Kanapka z szynką drobiową (bulka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL)</p>									
<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec (I) 50 g (SEL.) Szynka królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.) Pomidor biskorki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>									
<p>Platki jęczmienne na wywarze iazymowym 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec (I) 50 g (SEL.) Szynka królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.) Pomidor biskorki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>									
II ŚN									

PN	PD	Obiad	Kolacja																
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surówka z kapuśty pekńskiej z olejem ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surówka z kapuśty pekńskiej z olejem ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- III b Do żywienia przez sondę</p> <p>Sonda (dłyna ob. 600 g) (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u>)</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLUZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLUZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żółd. Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół. Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLUZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLUPSZ, GLUZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żółd. Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół. Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żółd. Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół. Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>								
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żółd. Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żół. Zestaw II</p> <p>Salerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>												
<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p> <p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>																

<nazwa jednostki> <ulica> <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-14 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 żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2459,40 kcal; B: 108,24 g; T: 82,71 g; Kw. tł. nasy.: 23,43 g; W: 331,36 g; W tym cukry: 68,30 g; Bł.: 30,07 g; Sól: 9,01 g.	E: 2510,63 kcal; B: 103,40 g; T: 88,89 g; Kw. tł. nasy.: 23,25 g; W: 336,85 g; W tym cukry: 70,12 g; Bł.: 32,84 g; Sól: 9,58 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: 2450,54 kcal; B: 109,06 g; T: 80,99 g; Kw. tł. nasy.: 23,82 g; W: 328,92 g; W tym cukry: 76,06 g; Bł.: 23,70 g; Sól: 7,21 g.	E: 2450,72 kcal; B: 103,42 g; T: 86,86 g; Kw. tł. nasy.: 23,59 g; W: 322,77 g; W tym cukry: 74,49 g; Bł.: 26,44 g; Sól: 7,37 g.	E: 2194,64 kcal; B: 100,04 g; T: 76,48 g; Kw. tł. nasy.: 21,51 g; W: 286,53 g; W tym cukry: 52,26 g; Bł.: 21,42 g; Sól: 7,49 g.	E: 2245,14 kcal; B: 96,28 g; T: 82,40 g; Kw. tł. nasy.: 21,29 g; W: 291,16 g; W tym cukry: 50,96 g; Bł.: 26,24 g; Sól: 7,66 g.	E: 2448,60 kcal; B: 110,56 g; T: 82,24 g; Kw. tł. nasy.: 24,91 g; W: 325,27 g; W tym cukry: 76,70 g; Bł.: 23,50 g; Sól: 7,82 g.	E: 2448,78 kcal; B: 104,92 g; T: 88,11 g; Kw. tł. nasy.: 24,69 g; W: 319,12 g; W tym cukry: 75,13 g; Bł.: 26,24 g; Sól: 7,98 g.	E: 1860,84 kcal; B: 93,29 g; T: 44,20 g; Kw. tł. nasy.: 11,80 g; W: 282,83 g; W tym cukry: 61,11 g; Bł.: 25,71 g; Sól: 6,81 g.

2023-11-14 wtorek

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- IX Łatwo strawna zestaw II	OM- X Z ogr. tłuszczu Zestaw I	OM- X Z ogr. tłuszczu 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 jęczmienne na wywarze jęczmionowym 400 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na wywarze jęczmionowym 400 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL, MLE, GLU OW.</u> ) Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku, 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 15 g Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g ( <u>SEL, GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tłuszczu 10 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL, MLE, GLU OW.</u> ) Szyńka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOL, MLE, GLU OW.</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
Śniadanie									
2023-11-14 wtorek									
NS II									

Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU ZYT.)

Kanapka z szynką drobiową i pomidorem (bulka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL, MLE, GLU ZYT.)

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 Białostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa Białostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I	OM- XV Beźmleczna Zestaw II
Selerowa z makaronem ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem ( ) 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 200 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem (bez mleka) ( ) 400 g (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Maślanka 150 ml (MLE.)									
<p><b>Obiad</b></p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (GLU PSZ, JAL.) Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyzkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>									
<p><b>Kolacja</b></p> <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Kanapka z serem żółtym ( chleb razowy 50g, margaryna 5g, ser żółty 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)</p> <p>Kanapka z twarogiem (bulka pszenna 50g, margaryna 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>									
PN									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-14 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-14 wtorek

OM- VIII Z ograniczeniem tuszczu 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
E: 1861,02 kcal; B: 87,65 g; T: 50,07 g; Kw. tł. nasy.: 11,57 g; W: 276,68 g; W tym cukry: 59,54 g; Bf.: 28,45 α; Soli: 6,97 α;	E: 2355,40 kcal; B: 104,94 g; T: 74,46 g; Kw. tł. nasy.: 22,69 g; W: 326,29 g; W tym cukry: 75,40 g; Bf.: 26,81 α; Soli: 8,70 α;	E: 2355,58 kcal; B: 99,30 g; T: 80,33 g; Kw. tł. nasy.: 22,47 g; W: 320,14 g; W tym cukry: 73,83 g; Bf.: 29,55 α; Soli: 8,86 α;	E: 2721,97 kcal; B: 116,33 g; T: 96,60 g; Kw. tł. nasy.: 28,39 g; W: 364,35 g; W tym cukry: 43,91 g; Bf.: 35,50 α; Soli: 12,17 α;	E: 2771,40 kcal; B: 111,49 g; T: 102,83 g; Kw. tł. nasy.: 28,24 g; W: 368,94 g; W tym cukry: 45,73 g; Bf.: 38,27 α; Soli: 12,74 α;	E: 2653,09 kcal; B: 123,69 g; T: 88,83 g; Kw. tł. nasy.: 27,40 g; W: 349,74 g; W tym cukry: 85,47 g; Bf.: 22,74 α; Soli: 8,51 α;	E: 2653,27 kcal; B: 118,06 g; T: 94,70 g; Kw. tł. nasy.: 27,17 g; W: 343,59 g; W tym cukry: 83,90 g; Bf.: 25,48 α; Soli: 8,67 α;	E: 1644,09 kcal; B: 45,35 g; T: 54,03 g; Kw. tł. nasy.: 11,52 g; W: 250,97 g; W tym cukry: 31,35 g; Bf.: 23,91 α; Soli: 8,57 α;	E: 1855,74 kcal; B: 81,15 g; T: 53,50 g; Kw. tł. nasy.: 13,05 g; W: 274,27 g; W tym cukry: 34,60 g; Bf.: 29,27 α; Soli: 8,16 α;	E: 1857,38 kcal; B: 75,29 g; T: 58,57 g; Kw. tł. nasy.: 12,63 g; W: 269,06 g; W tym cukry: 32,74 g; Bf.: 29,92 α; Soli: 7,83 α;

2023-11-14 wtorek

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/Przeclerana	OM- Położnica Zestaw I	OM- Położnica Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorozzkowa
Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Kasza na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bukta pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GLU PSZ SOL MLE GLU OW</u> ) Pasta mięsno-warzywna z udziec ( ) 30 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor biskorki 40 g Rukola 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bukta pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GLU PSZ SOL MLE GLU OW</u> ) Pomidor biskorki 100 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GLU PSZ SOL MLE GLU OW</u> ) Pomidor biskorki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u> )				Płatki jęczmienne na wwarzale jarzynowym 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Chleb razowy pszemno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>GLU PSZ SOL MLE GLU OW</u> ) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u> )
<b>Śniadanie</b>						
Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ MLE SO2</u> )		Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ JAJ MLE SO2</u> )				
II ŚN						



PN	Mius owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatoreszkowa
Pomidorowa z makaronem ( ) 200 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 90 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ryżem ( ) 400 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem ( ) 400 g ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Selerowa z makaronem ( ) 400 g ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 40 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <b>GLUPSZ, GLU, ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy ( ) 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo. z dodat.wody w osł.niejad 25 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml					



<nazwa jednostki> <ulica> <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-11-14 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

2023-11-14 wtorek

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przecierana	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatorzeszkowa
E: 1662,81 kcal; B: 63,36 g; T: 49,22 g; Kw. tł. nasy.: 15,19 g; W: 245,41 g; W tym cukry: 71,31 g; Bł.: 15,38 g; Sól: 4,70 g.	E: 2193,03 kcal; B: 100,71 g; T: 74,47 g; Kw. tł. nasy.: 22,43 g; W: 289,71 g; W tym cukry: 75,20 g; Bł.: 25,61 g; Sól: 6,55 g.	E: 2685,45 kcal; B: 110,59 g; T: 81,58 g; Kw. tł. nasy.: 24,16 g; W: 386,81 g; W tym cukry: 94,94 g; Bł.: 28,58 g; Sól: 9,19 g.	E: 2685,63 kcal; B: 104,95 g; T: 87,45 g; Kw. tł. nasy.: 23,94 g; W: 380,66 g; W tym cukry: 93,37 g; Bł.: 31,32 g; Sól: 9,35 g.	E: 2685,45 kcal; B: 110,59 g; T: 81,58 g; Kw. tł. nasy.: 24,16 g; W: 386,81 g; W tym cukry: 94,94 g; Bł.: 28,58 g; Sól: 9,19 g.	E: 2685,63 kcal; B: 104,95 g; T: 87,45 g; Kw. tł. nasy.: 23,94 g; W: 380,66 g; W tym cukry: 93,37 g; Bł.: 31,32 g; Sól: 9,35 g.	E: 2511,57 kcal; B: 109,73 g; T: 88,42 g; Kw. tł. nasy.: 25,68 g; W: 335,67 g; W tym cukry: 42,94 g; Bł.: 33,67 g; Sól: 10,78 g.

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.9.12

Jadłospis\_ Tygodniowy\_posilki\_w\_wierszach.tr3

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**

ul. Traktorowa 12b lok. 301, 91-204 Łódź

NIP 6772398589 REGON 363712430

KRS 0000419000

Wydrukował: Młfinał, Data i godzina wydruku: 2023-11-13 07:53:19

strona 9 z 10

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

- E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemwg 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 błonika,
- W tym cukry - w tym cukry,
- MM - MM,