

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
Platki owsiane na mleku <u>(GLEU OW.)</u> 400 ml Chleb razowy pszemno-żytni <u>(PSZ, GLEU ŻYT.)</u> 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko 1 szt 1 szt	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml Naleśniki po meksykańsku C 250 g Surówka z marchwi i jabłka ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / phymna śn. 500 g Sonda / phymna ob. 600 g	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml Bułka pszemna długa krojona 76 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Kieł wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml <u>(GLEU ŻYT, GLEU JECZ.)</u> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
Kefir 2.0% tł 150g 1 szt <u>(MLE.)</u>									
Obiad									
Fasoliowa z ziemniakami ( ) 400 ml Naleśniki po meksykańsku C 250 g Surówka z marchwi i jabłka ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml Kluski leniwe z serem* 250 g Surówka z marchwi i jabłka ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / phymna ob. 600 g	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml Kluski leniwe z serem* 350 g Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g Sos własny ( ) 50 ml Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml

Jadłospisy w dniu 2023-12-04 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

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 żóład. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żóład. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	
2023-12-04 poniedziałek										
Kolacja										
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Serrek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ SOL</u> ) Ogorek kiszony 80 g Pomidor 20 g	Sonda mięsna! 500 g ( <u>JAJ SEL</u> )				Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> ) Serrek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ SOL</u> ) Pomidor b/iskórki 80 g Salata zielona 20 g				Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Serrek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ SOL</u> ) Pomidor b/iskórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Serrek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Polędwica wieśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ SOL</u> ) Pomidor b/iskórki 80 g Salata zielona 20 g
PN	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-product pasteryzowany 1 szt			Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-product pasteryzowany 1 szt					Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ SOL MLE</u> )	
	E: 2564,64 kcal; B: 108,51 g; T: 74,97 g; Kw. tł. nasy.: 25,68 g; W: 381,97 g; W tym cukry: 103,81 g; Bł.: 44,12 g; Sól: 11,94 g	E: 2480,22 kcal; B: 100,30 g; T: 65,52 g; Kw. tł. nasy.: 24,95 g; W: 387,46 g; W tym cukry: 98,49 g; Bł.: 39,22 g; Sól: 10,80 g	E: 2536,33 kcal; B: 133,24 g; T: 114,14 g; Kw. tł. nasy.: 40,31 g; W: 254,11 g; W tym cukry: 106,63 g; Bł.: 20,31 g; Sól: 2,87 g	E: 2361,31 kcal; B: 106,26 g; T: 65,47 g; Kw. tł. nasy.: 19,62 g; W: 351,74 g; W tym cukry: 116,52 g; Bł.: 34,15 g; Sól: 7,88 g	E: 2571,45 kcal; B: 103,27 g; T: 71,50 g; Kw. tł. nasy.: 25,82 g; W: 389,81 g; W tym cukry: 114,91 g; Bł.: 32,22 g; Sól: 7,59 g	E: 2338,44 kcal; B: 107,86 g; T: 65,03 g; Kw. tł. nasy.: 19,48 g; W: 341,87 g; W tym cukry: 109,97 g; Bł.: 27,32 g; Sól: 7,63 g	E: 2322,32 kcal; B: 104,74 g; T: 62,41 g; Kw. tł. nasy.: 19,18 g; W: 347,81 g; W tym cukry: 108,68 g; Bł.: 27,21 g; Sól: 7,73 g	E: 2338,44 kcal; B: 107,86 g; T: 65,03 g; Kw. tł. nasy.: 19,48 g; W: 341,87 g; W tym cukry: 109,97 g; Bł.: 27,32 g; Sól: 7,63 g	E: 2322,32 kcal; B: 104,74 g; T: 62,41 g; Kw. tł. nasy.: 19,18 g; W: 347,81 g; W tym cukry: 108,68 g; Bł.: 27,21 g; Sól: 7,73 g	E: 2261,14 kcal; B: 108,27 g; T: 54,46 g; Kw. tł. nasy.: 16,61 g; W: 347,20 g; W tym cukry: 87,86 g; Bł.: 26,93 g; Sól: 7,02 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- XI Uboogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
PD									
Kolacja									
<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Pomidor 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszemno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb mieszany pszemno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski ziamisty 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ SOL</u>)</p> <p>Pomidor biskorki 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>)</p> <p>Milod (25g) 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Sałata zielona 20 g</p> <p>Jarzynowa z ryżem dieta ( ) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Polejwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wody wędzona parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOL</u>)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>)</p>		
<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL, GLU ZYT</u>)</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOL, MLE</u>)</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l-produkt pasteryzowany 1 szt</p>
<p>E: 2245,02 kcal; B: 105,15 g; T: 51,84 g; Kw. tł. nasy.: 16,30 g; W: 353,13 g; W tym cukry: 86,57 g; Bł.: 26,83 g; Sól: 7,12 g</p>	<p>E: 2341,70 kcal; B: 103,56 g; T: 65,81 g; Kw. tł. nasy.: 20,36 g; W: 351,41 g; W tym cukry: 95,99 g; Bł.: 41,18 g; Sól: 9,60 g</p>	<p>E: 2345,15 kcal; B: 90,79 g; T: 65,44 g; Kw. tł. nasy.: 23,88 g; W: 363,07 g; W tym cukry: 94,37 g; Bł.: 39,24 g; Sól: 9,21 g</p>	<p>E: 2403,52 kcal; B: 110,71 g; T: 71,66 g; Kw. tł. nasy.: 20,37 g; W: 348,86 g; W tym cukry: 63,49 g; Bł.: 44,04 g; Sól: 10,28 g</p>	<p>E: 2387,31 kcal; B: 98,48 g; T: 70,26 g; Kw. tł. nasy.: 23,74 g; W: 357,71 g; W tym cukry: 58,23 g; Bł.: 38,28 g; Sól: 9,89 g</p>	<p>E: 1512,75 kcal; B: 52,81 g; T: 29,94 g; Kw. tł. nasy.: 9,18 g; W: 269,91 g; W tym cukry: 62,92 g; Bł.: 34,79 g; Sól: 6,39 g</p>	<p>E: 2596,15 kcal; B: 115,05 g; T: 81,49 g; Kw. tł. nasy.: 24,92 g; W: 367,72 g; W tym cukry: 95,12 g; Bł.: 34,02 g; Sól: 8,08 g</p>	<p>E: 2806,29 kcal; B: 112,06 g; T: 87,52 g; Kw. tł. nasy.: 31,12 g; W: 405,79 g; W tym cukry: 93,51 g; Bł.: 32,09 g; Sól: 7,79 g</p>	<p>E: 2387,57 kcal; B: 53,58 g; T: 63,80 g; Kw. tł. nasy.: 17,04 g; W: 409,89 g; W tym cukry: 97,74 g; Bł.: 36,64 g; Sól: 5,72 g</p>	<p>E: 1997,42 kcal; B: 82,78 g; T: 57,04 g; Kw. tł. nasy.: 12,79 g; W: 300,89 g; W tym cukry: 73,44 g; Bł.: 29,30 g; Sól: 8,19 g</p>
<p>PL</p>									

OM- XV Beznleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowiak/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Pokoźnicza Zestaw I	OM- Pokoźnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatostekowa
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Platki owsiane na wwarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 30 g ( <u>SEL.</u> ) Szynekowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f.arzo.z.dodat:wody w osł:niejad 50 g Slupki z marchewki gotowanej 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 30 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku ( <u>GLU OW.</u> ) 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.panzo.z.dodat:wody w osł:niejad 25 g Pastę mięsno-warzywną z udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 100 g Kawa zbożowa na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Młs z jabłek ( ) b/c 150 g	Platki kukurydziane na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f.arzo.z.dodat:wody w osł:niejad 25 g Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki kukurydziane na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f.arzo.z.dodat:wody w osł:niejad 25 g Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszemno-żyrni 96 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, MLE.</u> ) Kluski leniwe z serem* 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb razowy pszemno-żyrni 116 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f.arzo.z.dodat:wody w osł:niejad 25 g Pastę mięsno-warzywną z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Slupki z marchewki gotowanej 80 g Salata zielona 20 g
Śniadanie									
NS II									
Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Sznajnak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem* 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surowka z selera i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Sznajnak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ryż na sypko 150 g Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem* 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem* 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surowka z selera i jabłka z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surowka z marchewki i jabłka ( ) 200 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2023-12-04 poniedziałek

Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.)

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pappowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniacea Zestaw I	OM- Kobieta Karniacea Zestaw II	OM- Bogatorestwkowa
	Banan 150 g					Banan 150 g			
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 60 g (GLU PSZ. SOL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 30 g (MLE.) Pomidor b/śkołki 40 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Jarzynowa z ryżem (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL.)	Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szyńska Konserwowa więprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączoney kawalków mięsa więprzowego, parzony 25 g (SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Południca wiśniowa wędzronka więprzowa z dodatkim wody wędzrona parzona 25 g (GLU PSZ. SOL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
2023-12-04 poniedziałek									
PN	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L-produkt pasteryzowany 1 szt								
E: 2020,74 kcal; B: 78,49 g; T: 53,61 g; Kw. tł. nasy.: 12,42 g; W: 321,41 g; W tym cukry: 84,14 g; Bł.: 36,30 g; Sól: 8,63 g	E: 1799,20 kcal; B: 44,95 g; T: 67,35 g; Kw. tł. nasy.: 24,33 g; W: 268,95 g; W tym cukry: 126,14 g; Bł.: 21,61 g; Sól: 3,88 g	E: 2354,53 kcal; B: 100,62 g; T: 64,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,27 g; W: 357,18 g; W tym cukry: 98,71 g; Bł.: 32,97 g; Sól: 8,14 g	E: 2342,44 kcal; B: 99,98 g; T: 64,54 g; Kw. tł. nasy.: 20,24 g; W: 356,14 g; W tym cukry: 99,73 g; Bł.: 34,45 g; Sól: 8,09 g	E: 2257,89 kcal; B: 76,27 g; T: 63,53 g; Kw. tł. nasy.: 15,12 g; W: 355,50 g; W tym cukry: 95,25 g; Bł.: 34,58 g; Sól: 6,65 g	E: 2614,56 kcal; B: 113,35 g; T: 69,52 g; Kw. tł. nasy.: 20,59 g; W: 403,69 g; W tym cukry: 125,95 g; Bł.: 44,39 g; Sól: 10,07 g	E: 2618,01 kcal; B: 100,58 g; T: 69,15 g; Kw. tł. nasy.: 24,12 g; W: 415,35 g; W tym cukry: 124,33 g; Bł.: 42,45 g; Sól: 9,68 g	E: 2614,56 kcal; B: 113,35 g; T: 69,52 g; Kw. tł. nasy.: 20,59 g; W: 403,69 g; W tym cukry: 125,95 g; Bł.: 44,39 g; Sól: 10,07 g	E: 2618,01 kcal; B: 100,58 g; T: 69,15 g; Kw. tł. nasy.: 24,12 g; W: 415,35 g; W tym cukry: 124,33 g; Bł.: 42,45 g; Sól: 9,68 g	E: 2352,05 kcal; B: 105,48 g; T: 68,13 g; Kw. tł. nasy.: 20,27 g; W: 349,27 g; W tym cukry: 49,18 g; Bł.: 44,02 g; Sól: 10,13 g
					Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ. SOL. MLE.)				

<nazwa\_jednostki>  
<ulica>, <kod>

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
B - Białko ogólne wg 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 - WM,

**MARZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
ul. Traкторowa 140 lok. 301, 91-204 Łódź  
NIP: 677 2399899 REGON 363712430  
KRS 0000601008

