

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 Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żoład. Zestaw I	OM- VIII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I		
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody: 25 g (SOJ MLE.)</p> <p>Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)</p> <p>Slupki z marchewki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Pyzyl z mięsem wieprzowym 350 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Surowka z zupy białej i jabłka 100 g (MLE.)</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody: 25 g (SOJ MLE.)</p> <p>Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)</p> <p>Slupki z marchewki gotowanej 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem 100 g</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Schnab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Schnab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Schnab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Schnab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Sos własny 50 ml (GLU PSZ SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 150 g</p> <p>Bukiet warzyw</p> <p>gotowanych królewski z olejem 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa z porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>2023-12-14 czwartek</p>											
<p>Śniadanie</p>											
<p>II ŚN</p>											
<p>PD</p>											

2023-12-14 czwartek									
Kolacja		PN							
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 Poopercacyjna Zestaw I	OM-VI Poopercacyjna Zestaw II	OM-VII Z ogr. sub. pobudz. wydź. so ku żoład. Zestaw I	OM-VII Z ogr. sub. pobudz. wydź. so ku żoład. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Chleb mieszaný pszenno-żytni (GLUZYT.) 96 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa ( ) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna (JAJ, SEL.) 400 g	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g (JAJ, SEL.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLUPSZ.) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l.-produkt pasteryzowany 1 szt									
E: 2339,49 kcal; B: 105,75 g; T: 61,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,49 g; W: 350,31 g; W ym cukry: 89,19 g; Bł.: 30,99 g; Sól: 8,95 g;	E: 2861,77 kcal; B: 105,26 g; T: 71,58 g; Kw. tł. nasy.: 22,81 g; W: 411,21 g; W ym cukry: 93,02 g; Bł.: 35,00 g; Sól: 10,59 g;	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W ym cukry: 89,12 g; Bł.: 21,35 g; Sól: 2,66 g;	E: 2272,90 kcal; B: 102,45 g; T: 53,82 g; Kw. tł. nasy.: 14,77 g; W: 354,78 g; W ym cukry: 74,00 g; Bł.: 26,34 g; Sól: 5,84 g;	E: 2360,63 kcal; B: 98,97 g; T: 60,17 g; Kw. tł. nasy.: 15,06 g; W: 365,96 g; W ym cukry: 73,73 g; Bł.: 26,51 g; Sól: 5,96 g;	E: 2251,78 kcal; B: 111,44 g; T: 57,22 g; Kw. tł. nasy.: 18,35 g; W: 331,88 g; W ym cukry: 88,70 g; Bł.: 26,34 g; Sól: 6,33 g;	E: 2339,51 kcal; B: 107,96 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 18,63 g; W: 342,86 g; W ym cukry: 88,43 g; Bł.: 26,51 g; Sól: 6,44 g;	E: 2237,41 kcal; B: 111,02 g; T: 57,17 g; Kw. tł. nasy.: 18,32 g; W: 328,22 g; W ym cukry: 87,93 g; Bł.: 25,54 g; Sól: 6,31 g;	E: 2339,51 kcal; B: 107,96 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 18,63 g; W: 342,86 g; W ym cukry: 88,43 g; Bł.: 26,51 g; Sól: 6,44 g;	E: 2170,31 kcal; B: 111,63 g; T: 46,60 g; Kw. tł. nasy.: 16,21 g; W: 336,39 g; W ym cukry: 66,46 g; Bł.: 25,58 g; Sól: 5,70 g;
Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l.-produkt pasteryzowany 1 szt									
Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l.-produkt pasteryzowany 1 szt									
Kanaпка z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOL.)									

PD	II SN	Śniadanie		Obiad		Kefir 2,0% t 150g 1 szt (MLE.)						
		<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU,PSZ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 25 g (SOL, MLE)</p> <p>Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni (GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 25 g (SOL, MLE.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>400 ml (GLU,PSZ, MLE.) 96 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) 80 g 20 g</p> <p>(MLE, GLU, ZYT, JECZ.) 116 g 10 g</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Kasza jeżynienna na mleku (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni (GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 25 g (SOL, MLE.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Słupki z marchewki ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>400 ml (MLE, GLU, PSZ, MLE.) 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) 10 g</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 65 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 30 g (SOL, MLE)</p> <p>Słupki z marchewki ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 25 g (SOL, MLE)</p> <p>Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU,PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 50 g (SOL, MLE)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Kasza manna na wywarze jęczmieniowym ( ) 400 ml (GLU,PSZ, SEL.) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 15 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 30 g (SOL, MLE)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM- XIV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>Kasza manna na wywarze jęczmieniowym* 400 ml (GLU,PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% t 15 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL.)</p> <p>Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt</p>	
		<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU,PSZ, JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez miela) ( ) 400 ml (GLU,PSZ, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLU,PSZ, SOL.)</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez miela) ( ) 400 ml (GLU,PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU,PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU,PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
 ul. Traktorowa 16 lok. 301, 91-204 Łódź  
 NIP 6772928519 REGON 363712430  
 KRS 0000021008  
 Wydrukował: MUFral, Data i godzina wydruku: 2023-12-12 10:27:49

2023-12-14 czwartek									
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 Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I
Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Pomidor 80 g Salatka zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE SEL.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb beżulitenny 116 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Dżem 20 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Miód (25g) 1 szt Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ. SOL.</u> )
E: 2238,04 kcal; B: 108,15 g; T: 52,95 g; Kw. tł. nasy.: 16,50 g; W: 347,57 g; W tym cukry: 66,20 g; Bł.: 25,74 g; Soli: 5,81 g.	E: 2248,78 kcal; B: 104,53 g; T: 54,44 g; Kw. tł. nasy.: 18,51 g; W: 345,02 g; W tym cukry: 86,87 g; Bł.: 29,94 g; Soli: 7,81 g.	E: 2336,51 kcal; B: 101,04 g; T: 60,78 g; Kw. tł. nasy.: 18,80 g; W: 356,20 g; W tym cukry: 86,61 g; Bł.: 30,11 g; Soli: 7,92 g.	E: 2626,07 kcal; B: 123,92 g; T: 70,82 g; Kw. tł. nasy.: 26,04 g; W: 386,66 g; W tym cukry: 69,73 g; Bł.: 37,36 g; Soli: 9,33 g.	E: 2739,90 kcal; B: 121,34 g; T: 77,25 g; Kw. tł. nasy.: 26,34 g; W: 403,78 g; W tym cukry: 70,17 g; Bł.: 38,46 g; Soli: 8,92 g.	E: 1376,85 kcal; B: 68,29 g; T: 21,20 g; Kw. tł. nasy.: 4,65 g; W: 236,60 g; W tym cukry: 52,76 g; Bł.: 25,19 g; Soli: 5,86 g.	E: 2421,95 kcal; B: 116,93 g; T: 65,23 g; Kw. tł. nasy.: 20,75 g; W: 351,16 g; W tym cukry: 89,50 g; Bł.: 27,10 g; Soli: 7,23 g.	E: 2473,00 kcal; B: 109,40 g; T: 70,08 g; Kw. tł. nasy.: 20,14 g; W: 360,51 g; W tym cukry: 87,51 g; Bł.: 27,22 g; Soli: 7,84 g.	E: 2136,54 kcal; B: 41,25 g; T: 51,21 g; Kw. tł. nasy.: 9,02 g; W: 378,12 g; W tym cukry: 60,44 g; Bł.: 22,59 g; Soli: 5,87 g.	E: 2274,54 kcal; B: 89,52 g; T: 61,39 g; Kw. tł. nasy.: 15,06 g; W: 353,79 g; W tym cukry: 32,69 g; Bł.: 31,60 g; Soli: 7,94 g.
PN									

OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowiak/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Kasza manna na mączce ziemniaczanej* 400 ml (GLU PSZ SEL.)                      Chleb mączczany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 15 g                      Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.)                      Słupki z marchewki 40 g (MLE.)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE, MLE.)                      Słupki z marchewki ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)                      Chleb bezglutenowy 100 g                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.)                      Słupki z marchewki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Chleb mączczany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Chleb mączczany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Chleb mączczany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.)                      Chleb mączczany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mączki o zaw. 80% tł 10 g                      Polędwica Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE.)                      Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)                      Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	
<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ SEL.)                      Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Klopsik wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 90 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 50 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 50 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Schab pieczony w rekawce 90 g (GLU PSZ, SEL.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Pierogi ze szpinakiem* 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (MLE.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL.)                      Schab pieczony w rekawce 90 g (GLU PSZ, SEL.)                      Sos własny (bez glutenu) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Schab pieczony w rekawce 90 g (GLU PSZ, SEL.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Schab pieczony w rekawce 90 g (GLU PSZ, SEL.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)                      Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)                      Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.)                      Ryż na sypko 150 g (GLU PSZ, SEL.)                      Bukiet warzyw gotowanych krojowski z olejem* 100 g                      Fasołka szparagowa z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	
<p>PD</p>	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>	<p>Chataka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>							

2023-12-14 czwartek

Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)

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

Jadłospisy w dniu 2023-12-14 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM- XV Bezmielczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pappkewal/ Przelicena	OM- Pymna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karnięca Zestaw I	OM- Kobieta Karnięca Zestaw II	
Chleb mieszany pszemno-żytni 116 g (GLUPSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Miód (25g) 1 szt. Szynka na kartki-wieprzowa, wędziona, parzona 30 g (SEL.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędziona, parzona 20 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki-wieprzowa wędziona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędziona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.)	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Sałatka jarzynowa () 100 g (JAL, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędziona, parzona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (SEL.) Miód (25g) 1 szt. Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszemno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędziona, parzona 25 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	E: 2542,64 kcal; B: 116,72 g; T: 61,20 g; Kw. tł. nasy.: 18,57 g; W: 392,46 g; W tym cukry: 88,03 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,28 g.	E: 2630,37 kcal; B: 113,24 g; T: 67,54 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; W: 403,64 g; W tym cukry: 87,77 g; Bł.: 30,60 g; Soli: 8,39 g.	E: 2542,64 kcal; B: 116,72 g; T: 61,20 g; Kw. tł. nasy.: 18,57 g; W: 392,46 g; W tym cukry: 88,03 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,28 g.	E: 2630,37 kcal; B: 113,24 g; T: 67,54 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; W: 403,64 g; W tym cukry: 87,77 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,39 g.
2023-12-14 czwartek										
Kolacja										
Kampanka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLUPSZ, SOL.)										
E: 2333,48 kcal; B: 80,98 g; T: 67,01 g; Kw. tł. nasy.: 15,00 g; W: 364,97 g; W tym cukry: 32,10 g; Bł.: 31,76 g; Soli: 8,05 g.	E: 1647,99 kcal; B: 62,89 g; T: 40,90 g; Kw. tł. nasy.: 12,25 g; W: 260,95 g; W tym cukry: 88,18 g; Bł.: 15,91 g; Soli: 3,62 g.	E: 2172,46 kcal; B: 105,96 g; T: 54,17 g; Kw. tł. nasy.: 18,34 g; W: 323,88 g; W tym cukry: 88,43 g; Bł.: 29,96 g; Soli: 6,18 g.	E: 2167,77 kcal; B: 105,34 g; T: 53,90 g; Kw. tł. nasy.: 18,28 g; W: 323,88 g; W tym cukry: 88,99 g; Bł.: 29,96 g; Soli: 3,80 g.	E: 2679,08 kcal; B: 100,21 g; T: 71,93 g; Kw. tł. nasy.: 24,78 g; W: 413,33 g; W tym cukry: 91,18 g; Bł.: 37,87 g; Soli: 9,55 g.	E: 2029,61 kcal; B: 67,95 g; T: 53,20 g; Kw. tł. nasy.: 9,36 g; W: 326,15 g; W tym cukry: 55,40 g; Bł.: 26,26 g; Soli: 4,66 g.	E: 2542,64 kcal; B: 116,72 g; T: 61,20 g; Kw. tł. nasy.: 18,57 g; W: 392,46 g; W tym cukry: 88,03 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,28 g.	E: 2630,37 kcal; B: 113,24 g; T: 67,54 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; W: 403,64 g; W tym cukry: 87,77 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,39 g.	E: 2542,64 kcal; B: 116,72 g; T: 61,20 g; Kw. tł. nasy.: 18,57 g; W: 392,46 g; W tym cukry: 88,03 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,28 g.	E: 2630,37 kcal; B: 113,24 g; T: 67,54 g; Kw. tł. nasy.: 18,86 g; W: 403,64 g; W tym cukry: 87,77 g; Bł.: 30,77 g; Soli: 8,39 g.	
PN										
Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L -produkt pasteryzowany 1 szt										

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

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

E - 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. - Białnik pokarmowy,  
Ener. z B - % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
Ener. z W - % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z białnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - w WW,

