

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy w dniu 2023-12-23 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA**

2023-12-23 sobota

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku zola: Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub.pobudz.wydz. soku zola: Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Platki owsiane na mleku <u>(GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Chleb razowy pszenno-żytni <u>(PSZ. GLU ŻYT.)</u> 116 g <u>(GLU.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Ser żółty 25 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.)</u>	Sonda / płynna śn. 400 g <u>(GLU PSZ.)</u>	Sonda / płynna ob. 400 g <u>(GLU PSZ. JAJ. SEL.)</u>	Platki owsiane na mleku <u>(GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.)</u>	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.)</u>	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.)</u>	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 76 g <u>(GLU PSZ.)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u> Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g <u>(SOJ.)</u> Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml <u>(MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.)</u>	Platki owsiane na mleku <u>(MLE. GLU OW.)</u> 400 ml <u>(MLE.)</u> Bulka pszenna długa krojona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Twarożek z kopekciem 50 g <u>(MLE.)</u>
Jogurt naturalny 150g 1 szt <u>(MLE.)</u>									
Grochowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. SEL.)</u> Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g <u>(GLU PSZ. JAJ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Salatka szwedzka () 100 g <u>(GOR.)</u> Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. SEL.)</u> Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Salatka szwedzka () 100 g <u>(GOR.)</u> Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / płynna ob. 400 g <u>(GLU PSZ. JAJ. SEL.)</u>	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. MLE. SEL.)</u> Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g <u>(GLU PSZ. JAJ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Salatka szwedzka () 100 g <u>(GOR.)</u> Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml <u>(MLE. SEL.)</u> Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. MLE. SEL.)</u> Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g <u>(GLU PSZ. JAJ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml <u>(MLE. SEL.)</u> Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. MLE. SEL.)</u> Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g <u>(GLU PSZ. JAJ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml <u>(MLE. SEL.)</u> Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g <u>(GLU PSZ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml <u>(GLU PSZ. MLE. SEL.)</u> Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g <u>(GLU PSZ. JAJ.)</u> Sos pietruszkowy* 50 ml <u>(GLU PSZ. MLE.)</u> Ziemniaki z kopekciem () 170 g Buraczki oproszane () 100 g <u>(GLU PSZ.)</u> Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

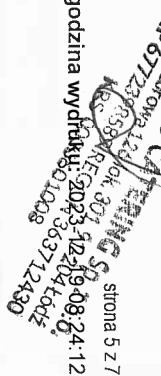
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna zestaw I	OM- X Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. tłwio przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. tłwio przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Salamata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ, GLU ZYT.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Twarożek z koperkciem 50 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 116 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Dżem 30 g Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 116 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Dżem 30 g Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ, GLU ZYT.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 60 g (SOJ.) Dżem 30 g Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
Śniadanie									
II ŚN									
Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Bilka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Bilka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Salamata szwedzka b/c 100 g (GOR.) Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Bilka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Salamata szwedzka b/c 100 g (GOR.) Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bilka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pyzy ziemniaczane* 300 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Szpinakowa z ziemniakami (bez miela) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez miela)* 50 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkciem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Szpinakowa z ziemniakami (bez miela) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	
Obiad									
Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)									
Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)									

NAPRZĘD CATERING
ul. Traktorowa 12 (ok. 30-35)
NIP 6772398199, REG. REGON 1405363712430

PD	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 Beźmielczna Zestaw I
	Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ.GLU.ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ.SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g 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>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ.SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ.GLU.ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ.SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ.GLU.ZYT.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ.SEL.</u>)	Chleb bezglutenowy 116 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Ryzowa (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ.GLU.ZYT.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (<u>SEL.</u>)	
	Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.SOL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.SOL.GLU.ZYT.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.SOL.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.SOL.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.SOL.</u>)	
	E: 2272,48 kcal; B: 110,62 g; T: 60,23 g; Kw. tł. nasy.: 17,22 g; W: 337,32 g; W tym cukry: 74,37 g; Bł.: 31,75 g; Sól: 7,03 g.	E: 2308,83 kcal; B: 98,12 g; T: 70,87 g; Kw. tł. nasy.: 20,63 g; W: 333,19 g; W tym cukry: 70,53 g; Bł.: 32,83 g; Sól: 7,62 g.	E: 2289,37 kcal; B: 101,58 g; T: 68,03 g; Kw. tł. nasy.: 20,52 g; W: 332,82 g; W tym cukry: 72,05 g; Bł.: 35,88 g; Sól: 7,54 g.	E: 2548,20 kcal; B: 105,98 g; T: 78,30 g; Kw. tł. nasy.: 24,96 g; W: 372,47 g; W tym cukry: 59,75 g; Bł.: 33,43 g; Sól: 12,98 g.	E: 2528,74 kcal; B: 109,44 g; T: 75,46 g; Kw. tł. nasy.: 24,85 g; W: 372,10 g; W tym cukry: 61,28 g; Bł.: 36,48 g; Sól: 12,90 g.	E: 1442,67 kcal; B: 56,34 g; T: 33,34 g; Kw. tł. nasy.: 5,15 g; W: 240,63 g; W tym cukry: 36,01 g; Bł.: 27,33 g; Sól: 5,83 g.	E: 2504,45 kcal; B: 116,10 g; T: 82,39 g; Kw. tł. nasy.: 25,15 g; W: 338,16 g; W tym cukry: 86,13 g; Bł.: 28,18 g; Sól: 7,36 g.	E: 2484,99 kcal; B: 119,57 g; T: 79,55 g; Kw. tł. nasy.: 25,04 g; W: 337,79 g; W tym cukry: 87,66 g; Bł.: 31,23 g; Sól: 7,28 g.	E: 2191,77 kcal; B: 38,21 g; T: 49,47 g; Kw. tł. nasy.: 10,28 g; W: 402,82 g; W tym cukry: 57,90 g; Bł.: 24,80 g; Sól: 5,59 g.	E: 2139,60 kcal; B: 75,40 g; T: 65,65 g; Kw. tł. nasy.: 14,37 g; W: 326,16 g; W tym cukry: 49,08 g; Bł.: 30,52 g; Sól: 8,79 g.

2023-12-23 sobota

OM- XV Beznleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkawatel Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Dzerm 30 g Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g 9 Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Herbata czarna granulowana b/c ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u>) 9 Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Platki owsiane na mleku (<u>GLU OW</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g Pomarańcza 150 g Herbata razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 96 g Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 150 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Szyńska zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem () 90 g Rukola 10 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u>)
Śniadanie									
Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)									
II SN	Wasiłanka 150 ml (<u>MLE</u>)								
Obiad									
Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Selerozowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) 100 g Brokuł gotowany* 50 g (<u>GLU PSZ</u>) 9 Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Szyrnakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pulpbet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAU, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>) Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Groszowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAU</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 50 ml (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Szyrnakowa z ziemniakami (bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Szyrnakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Selerozowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAU</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Szyrnakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Selerozowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 170 g Buraczki oprószone 100 g (<u>GLU PSZ</u>) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Selerozowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml



<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. - 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,
- WW - WW,

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 12 lok 301 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 363712430
KRS 0000001008

