

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|----------------------|------------------------------------|--|---|---|--|
| 2023-11-11 sobota | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 30,00 g (GLU) Bułka wrocławska 30,00 g (GLU) Pieczywo razowe 30,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa z kalarepy 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kalafior) 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 656,70 Białko ogółem [g] 114,20 Tłuszcz [g] 128,00 Węglowodany ogółem [g] 288,80 Sód [mg] 2 681,70 Potas [mg] 3 773,90 Wapń [mg] 594,50 Fosfor [mg] 1 779,40 Magnez [mg] 342,60 Żelazo [mg] 14,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 272,40 Witamina D [ug] 4,30 Witamina B6 [mg] 2,70 Witamina B12 [ug] 4,50 Witamina C [mg] 162,00 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 90,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa z kalarepy 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kalafior) 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 485,00 Białko ogółem [g] 110,60 Tłuszcz [g] 123,20 Węglowodany ogółem [g] 270,70 Sód [mg] 2 645,20 Potas [mg] 3 986,60 Wapń [mg] 607,00 Fosfor [mg] 1 941,10 Magnez [mg] 397,40 Żelazo [mg] 15,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 258,40 Witamina D [ug] 4,20 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina B12 [ug] 4,50 Witamina C [mg] 162,00 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 45,00 g (GLU) Bułka wrocławska 45,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa z kalarepy lekkostrawna 400,00 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kalafior) 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 657,30 Białko ogółem [g] 115,70 Tłuszcz [g] 124,00 Węglowodany ogółem [g] 291,30 Sód [mg] 2 608,70 Potas [mg] 3 773,10 Wapń [mg] 581,80 Fosfor [mg] 1 687,20 Magnez [mg] 310,70 Żelazo [mg] 13,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 320,60 Witamina D [ug] 4,40 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 4,50 Witamina C [mg] 175,10 |
| 2023-11-12 niedziela | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Ser żółty 30,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa grysikowa 400,00 ml (GLU, SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Ziemiaki 180,00 g Fasolka szparagowa 120,00 g (GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Poledwica z piersi indyczej 50,00 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30,00 g Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 376,60 Białko ogółem [g] 105,10 Tłuszcz [g] 97,70 Węglowodany ogółem [g] 294,60 Sód [mg] 2 949,60 Potas [mg] 4 797,10 Wapń [mg] 785,30 Fosfor [mg] 1 650,50 Magnez [mg] 374,30 Żelazo [mg] 13,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 991,60 Witamina D [ug] 4,00 Witamina B6 [mg] 3,70 Witamina B12 [ug] 2,00 Witamina C [mg] 170,10 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Ser żółty 30,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa grysikowa 400,00 ml (GLU, SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Fasolka szparagowa 120,00 g (GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Poledwica z piersi indyczej 30,00 g Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 180,80 Białko ogółem [g] 105,60 Tłuszcz [g] 99,30 Węglowodany ogółem [g] 248,60 Sód [mg] 3 019,00 Potas [mg] 3 938,80 Wapń [mg] 800,80 Fosfor [mg] 1 776,40 Magnez [mg] 392,50 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 017,20 Witamina D [ug] 4,20 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 2,30 Witamina C [mg] 127,50 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|----------------------|------------------------------------|---|---|--|--|
| 2023-11-12 niedziela | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Serek waniliowy homogenizowany 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa grysikowa 400,00 ml (GLU, SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Ziemniaki 180,00 g Fasolka szparagowa 120,00 g (GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Poledwica z piersi indyczej 50,00 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30,00 g Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 451,80 Białko ogółem [g] 111,00 Tłuszcz [g] 94,40 Węglowodany ogółem [g] 307,60 Sód [mg] 2 658,70 Potas [mg] 4 709,60 Wapń [mg] 566,50 Fosfor [mg] 1 547,40 Magnez [mg] 337,70 Żelazo [mg] 12,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 979,90 Witamina D [ug] 4,10 Witamina B6 [mg] 3,60 Witamina B12 [ug] 2,00 Witamina C [mg] 167,80 |
| | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Chleb razowy 30,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa kalafiorowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony z indyka z fetą z pieca 100,00 g (MLE, GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Sałatka z buraka 120,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Chleb razowy 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Sałatka jarzynowa z szynką 150,00 g (JAJ, MWP, SEL, STR, GOR) Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Pomidor 40,00 g | Energia [kcal] 2 359,90 Białko ogółem [g] 100,30 Tłuszcz [g] 98,20 Węglowodany ogółem [g] 294,70 Sód [mg] 3 726,80 Potas [mg] 5 057,30 Wapń [mg] 705,60 Fosfor [mg] 1 632,60 Magnez [mg] 373,00 Żelazo [mg] 14,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 072,90 Witamina D [ug] 1,80 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 4,10 Witamina C [mg] 213,10 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa kalafiorowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony z indyka z fetą z pieca 100,00 g (MLE, GLU, JAJ) Makaron razowy 180,00 g (GLU) Surówka wielowarzywna b/c 120,00 g (SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Sałatka jarzynowa z szynką 150,00 g (JAJ, MWP, SEL, STR, GOR) Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Pomidor 40,00 g | Energia [kcal] 2 369,50 Białko ogółem [g] 99,30 Tłuszcz [g] 110,80 Węglowodany ogółem [g] 282,70 Sód [mg] 3 800,50 Potas [mg] 4 042,60 Wapń [mg] 725,20 Fosfor [mg] 1 812,20 Magnez [mg] 402,70 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 486,90 Witamina D [ug] 1,90 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina B12 [ug] 4,20 Witamina C [mg] 184,30 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 70,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Kotlet mielony z indyka pieczony 100,00 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Sałatka z buraka 120,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 150,00 g (MLE, JAJ, MWP, SEL, STR) Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Pomidor 40,00 g | Energia [kcal] 2 311,50 Białko ogółem [g] 99,60 Tłuszcz [g] 90,50 Węglowodany ogółem [g] 295,50 Sód [mg] 3 048,90 Potas [mg] 5 039,40 Wapń [mg] 574,80 Fosfor [mg] 1 490,80 Magnez [mg] 334,70 Żelazo [mg] 13,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 181,60 Witamina D [ug] 1,80 Witamina B6 [mg] 3,10 Witamina B12 [ug] 4,00 Witamina C [mg] 213,60 |
| 2023-11-14 wtorek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 30,00 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Barszcz biały 400,00 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Schab pieczony z morelami (faszerowany) z sosem 100,00 g (MWP) Sos morelowy 60,00 g Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pasta z tuńczyka lekka 80,00 g (JAJ, SEL, RYB) Rzodkiewka 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 591,10 Białko ogółem [g] 115,20 Tłuszcz [g] 104,80 Węglowodany ogółem [g] 319,60 Sód [mg] 3 157,90 Potas [mg] 4 163,00 Wapń [mg] 664,70 Fosfor [mg] 1 655,50 Magnez [mg] 343,20 Żelazo [mg] 13,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 861,00 Witamina D [ug] 3,80 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 3,40 Witamina C [mg] 126,60 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|-------------------|------------------------------------|--|---|--|--|
| 2023-11-14 wtorek | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 30,00 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Barszcz biały 400,00 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Schab pieczony z morelami (faszerowany) 100,00 g (MWP) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem b/c 120,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pasta z tuńczyka lekka 80,00 g (JAJ, SEL, RYB) Rzodkiewka 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 240,20 Białko ogółem [g] 110,70 Tłuszcz [g] 91,30 Węglowodany ogółem [g] 277,60 Sód [mg] 3 153,10 Potas [mg] 4 188,30 Wapń [mg] 646,30 Fosfor [mg] 1 804,30 Magnez [mg] 393,60 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 639,70 Witamina D [ug] 3,60 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 3,40 Witamina C [mg] 117,20 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 30,00 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Barszcz biały lekkostrawny 400,00 ml (GLU, SEL, S02) Schab pieczony z morelami (faszerowany) z sosem 100,00 g (MWP) Sos morelowy 60,00 g Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pasta z tuńczyka lekka 80,00 g (JAJ, SEL, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 630,70 Białko ogółem [g] 116,90 Tłuszcz [g] 104,70 Węglowodany ogółem [g] 322,10 Sód [mg] 3 475,20 Potas [mg] 4 115,70 Wapń [mg] 631,70 Fosfor [mg] 1 550,80 Magnez [mg] 311,70 Żelazo [mg] 12,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 957,00 Witamina D [ug] 3,80 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 3,40 Witamina C [mg] 134,60 |
| 2023-11-15 środa | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 30,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Chrzanowy twarożek 80,00 g (MLE, S02) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałata 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa brokułowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Pierogi z mięsem z wody 250,00 g (GLU, JAJ, MWP) Cebula zasmażana 30,00 g Surówka colesław 120,00 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Sałatka z serem feta i ananasem 150,00 g (MLE, JAJ) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 411,50 Białko ogółem [g] 106,40 Tłuszcz [g] 108,90 Węglowodany ogółem [g] 272,10 Sód [mg] 3 730,30 Potas [mg] 3 652,70 Wapń [mg] 860,70 Fosfor [mg] 1 585,00 Magnez [mg] 311,00 Żelazo [mg] 11,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 280,90 Witamina D [ug] 1,60 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina B12 [ug] 4,20 Witamina C [mg] 162,30 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Chrzanowy twarożek 80,00 g (MLE, S02) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałata 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa brokułowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Risotto (ryż brązowy) 320,00 g (MWP, SEL) Surówka colesław b/c 120,00 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Sałatka makaronowa lekka (makaron razowy) 150,00 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 274,90 Białko ogółem [g] 102,50 Tłuszcz [g] 107,70 Węglowodany ogółem [g] 264,90 Sód [mg] 4 108,10 Potas [mg] 4 632,90 Wapń [mg] 693,50 Fosfor [mg] 1 855,80 Magnez [mg] 471,90 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 698,90 Witamina D [ug] 2,40 Witamina B6 [mg] 3,20 Witamina B12 [ug] 3,00 Witamina C [mg] 207,70 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 70,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarożek 80,00 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałata 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa brokułowa lekkostrawna 400,00 ml (GLU, SEL) Pierogi z mięsem z wody 250,00 g (GLU, JAJ, MWP) Surówka z pomidora z koperkiem 120,00 g Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Sałatka makaronowa lekka 150,00 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 252,30 Białko ogółem [g] 108,00 Tłuszcz [g] 93,50 Węglowodany ogółem [g] 256,30 Sód [mg] 3 379,30 Potas [mg] 3 679,90 Wapń [mg] 523,10 Fosfor [mg] 1 385,80 Magnez [mg] 271,00 Żelazo [mg] 11,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 159,40 Witamina D [ug] 2,20 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina B12 [ug] 3,70 Witamina C [mg] 148,30 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|---------------------|------------------------------------|--|--|--|--|
| 2023-11-16 czwartek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Serek waniliowy homogenizowany 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa minestrone 400,00 ml (GLU, SEL, STR) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Mizeria z jogurtem b/c 120,00 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Ser żółty 30,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Rzodkiewka 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 479,30 Białko ogółem [g] 105,10 Tłuszcz [g] 95,10 Węglowodany ogółem [g] 323,40 Sód [mg] 2 969,40 Potas [mg] 4 843,20 Wapń [mg] 869,80 Fosfor [mg] 1 754,30 Magnez [mg] 382,40 Żelazo [mg] 12,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 185,40 Witamina D [ug] 1,70 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 2,80 Witamina C [mg] 137,30 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Serek naturalny homogenizowany 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa minestrone 400,00 ml (GLU, SEL, STR) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 180,00 g Mizeria z jogurtem b/c 120,00 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Ser żółty 30,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Rzodkiewka 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 314,10 Białko ogółem [g] 99,40 Tłuszcz [g] 100,10 Węglowodany ogółem [g] 282,70 Sód [mg] 2 902,10 Potas [mg] 4 023,40 Wapń [mg] 897,60 Fosfor [mg] 1 982,70 Magnez [mg] 500,70 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 193,00 Witamina D [ug] 1,80 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina B12 [ug] 2,80 Witamina C [mg] 95,20 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Serek waniliowy homogenizowany 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa pomidorowa z makaronem lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Duet warzywny (marchew, fasolka, natka pietruszki) 120,00 g (GLU, STR) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80,00 g (MLE, JAJ) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 457,60 Białko ogółem [g] 106,70 Tłuszcz [g] 92,40 Węglowodany ogółem [g] 315,50 Sód [mg] 2 718,10 Potas [mg] 4 060,20 Wapń [mg] 621,80 Fosfor [mg] 1 506,00 Magnez [mg] 310,50 Żelazo [mg] 10,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 097,10 Witamina D [ug] 1,90 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina B12 [ug] 2,70 Witamina C [mg] 111,20 |
| 2023-11-17 piątek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarożek 80,00 g (MLE) Połędwica z piersi indyczej 30,00 g Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa kapuśniak 400,00 ml (GLU, MWP, SEL) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60,00 g Ziemniaki 180,00 g Brokuły 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 367,10 Białko ogółem [g] 101,30 Tłuszcz [g] 101,70 Węglowodany ogółem [g] 287,30 Sód [mg] 3 176,90 Potas [mg] 4 920,60 Wapń [mg] 589,90 Fosfor [mg] 1 616,90 Magnez [mg] 380,50 Żelazo [mg] 13,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 236,10 Witamina D [ug] 3,70 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 4,30 Witamina C [mg] 209,50 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarożek 80,00 g (MLE) Połędwica z piersi indyczej 30,00 g Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa kapuśniak 400,00 ml (GLU, MWP, SEL) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60,00 g Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Brokuły 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 221,80 Białko ogółem [g] 96,50 Tłuszcz [g] 103,90 Węglowodany ogółem [g] 264,90 Sód [mg] 3 108,40 Potas [mg] 4 005,30 Wapń [mg] 613,70 Fosfor [mg] 1 797,70 Magnez [mg] 445,40 Żelazo [mg] 14,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 245,30 Witamina D [ug] 3,90 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina B12 [ug] 4,30 Witamina C [mg] 167,40 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|----------------------|------------------------------------|---|---|---|--|
| 2023-11-17 piątek | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarożek 80,00 g (MLE) Poledwica z piersi indyczej 30,00 g Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa jarzynowa lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60,00 g Ziemniaki 180,00 g Brokuły 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 345,10 Białko ogółem [g] 103,40 Tłuszcz [g] 92,90 Węglowodany ogółem [g] 294,40 Sód [mg] 3 035,80 Potas [mg] 5 026,70 Wapń [mg] 591,00 Fosfor [mg] 1 549,60 Magnez [mg] 353,20 Żelazo [mg] 12,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 462,30 Witamina D [ug] 4,00 Witamina B6 [mg] 3,00 Witamina B12 [ug] 4,20 Witamina C [mg] 235,70 |
| | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 30,00 g (GLU) Pieczywo razowe 30,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Ser biały 80,00 g (MLE) Rzodkiewka 70,00 g Sałata 30,00 g Bułka wrocławska 30,00 g (GLU) Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami i curry 180,00 g (MLE, GLU) Ryż paraboliczny 180,00 g Kalańior 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Paszтет domowy 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) | Energia [kcal] 2 351,30 Białko ogółem [g] 106,30 Tłuszcz [g] 97,50 Węglowodany ogółem [g] 290,50 Sód [mg] 2 582,20 Potas [mg] 3 918,60 Wapń [mg] 623,70 Fosfor [mg] 1 612,20 Magnez [mg] 340,40 Żelazo [mg] 13,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 925,10 Witamina D [ug] 2,10 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina B12 [ug] 5,00 Witamina C [mg] 205,90 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 90,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Ser biały 80,00 g (MLE) Sałata 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100,00 g Ryż brązowy 180,00 g Kalańior 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Szynka na kartki 30,00 g Paszтет domowy 80,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 314,60 Białko ogółem [g] 123,20 Tłuszcz [g] 100,00 Węglowodany ogółem [g] 266,10 Sód [mg] 2 737,40 Potas [mg] 4 215,80 Wapń [mg] 574,80 Fosfor [mg] 1 951,00 Magnez [mg] 414,00 Żelazo [mg] 14,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 076,20 Witamina D [ug] 1,90 Witamina B6 [mg] 3,20 Witamina B12 [ug] 7,00 Witamina C [mg] 187,00 |
| 2023-11-18 sobota | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 45,00 g (GLU) Bułka wrocławska 45,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami i curry 180,00 g (MLE, GLU) Ryż paraboliczny 180,00 g Kalańior 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Paszтет domowy 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 395,40 Białko ogółem [g] 107,50 Tłuszcz [g] 98,30 Węglowodany ogółem [g] 291,70 Sód [mg] 2 556,40 Potas [mg] 3 779,00 Wapń [mg] 594,50 Fosfor [mg] 1 526,20 Magnez [mg] 311,20 Żelazo [mg] 12,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 008,10 Witamina D [ug] 2,10 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina B12 [ug] 5,00 Witamina C [mg] 202,00 |
| | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Jajko 1,00 szt (JAJ) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa szpinakowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100,00 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Kasza gryczana nieprażona 180,00 g Buraczki gotowane 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką 150,00 g (MLE, JAJ, MWP, STR) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 439,90 Białko ogółem [g] 106,50 Tłuszcz [g] 106,10 Węglowodany ogółem [g] 290,30 Sód [mg] 3 325,30 Potas [mg] 4 001,70 Wapń [mg] 587,50 Fosfor [mg] 1 590,30 Magnez [mg] 367,50 Żelazo [mg] 15,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 134,60 Witamina D [ug] 3,00 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 3,60 Witamina C [mg] 150,10 |
| 2023-11-19 niedziela | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Jajko 1,00 szt (JAJ) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa szpinakowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100,00 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Kasza gryczana nieprażona 180,00 g Buraczki gotowane 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką 150,00 g (MLE, JAJ, MWP, STR) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 439,90 Białko ogółem [g] 106,50 Tłuszcz [g] 106,10 Węglowodany ogółem [g] 290,30 Sód [mg] 3 325,30 Potas [mg] 4 001,70 Wapń [mg] 587,50 Fosfor [mg] 1 590,30 Magnez [mg] 367,50 Żelazo [mg] 15,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 134,60 Witamina D [ug] 3,00 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 3,60 Witamina C [mg] 150,10 |

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
|-------------------------|------------------------------------|--|--|---|--|
| 2023-11-19 niedziela | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Jajko 1,00 szt (JAJ) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa szpinakowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100,00 g (GLU, MWP) Kasza gryczana nieprażona 180,00 g Surówka z kapusty pekińskiej i sałaty lodowej b/c 120,00 g (MLE, GOR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 30,00 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką lekka (makaron razowy) 180,00 g (MLE, GLU, JAJ, MWP) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 252,40 Białko ogółem [g] 107,00 Tłuszcz [g] 100,60 Węglowodany ogółem [g] 265,80 Sód [mg] 3 593,90 Potas [mg] 4 179,80 Wapń [mg] 618,10 Fosfor [mg] 1 858,80 Magnez [mg] 427,90 Żelazo [mg] 16,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 404,10 Witamina D [ug] 3,30 Witamina B6 [mg] 3,20 Witamina B12 [ug] 4,10 Witamina C [mg] 174,50 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Jajko 1,00 szt (JAJ) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) | Zupa szpinakowa lekkostrawna 400,00 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100,00 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Buraczki gotowane 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 30,00 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką lekka 150,00 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 463,70 Białko ogółem [g] 108,30 Tłuszcz [g] 104,80 Węglowodany ogółem [g] 290,20 Sód [mg] 2 937,10 Potas [mg] 3 993,40 Wapń [mg] 562,00 Fosfor [mg] 1 474,20 Magnez [mg] 315,10 Żelazo [mg] 14,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 330,70 Witamina D [ug] 3,40 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina B12 [ug] 3,90 Witamina C [mg] 144,90 |
| 2023-11-20 poniedziałek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa ogórkowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Sos boloński z indyka 200,00 g (GLU) Makaron 180,00 g (GLU) Surówka żydowska 120,00 g Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta z zielonego groszku i sera 80,00 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 420,50 Białko ogółem [g] 107,00 Tłuszcz [g] 100,10 Węglowodany ogółem [g] 292,60 Sód [mg] 3 114,40 Potas [mg] 3 846,70 Wapń [mg] 760,60 Fosfor [mg] 1 605,00 Magnez [mg] 355,30 Żelazo [mg] 11,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 064,20 Witamina D [ug] 1,20 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina B12 [ug] 3,80 Witamina C [mg] 153,30 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Chleb razowy 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa ogórkowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Sos boloński z indyka 200,00 g (GLU) Makaron razowy 180,00 g (GLU) Surówka żydowska b/c 120,00 g Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Chleb razowy 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta z zielonego groszku i sera 80,00 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt | Energia [kcal] 2 250,30 Białko ogółem [g] 103,30 Tłuszcz [g] 98,10 Węglowodany ogółem [g] 272,20 Sód [mg] 3 161,50 Potas [mg] 4 094,40 Wapń [mg] 775,70 Fosfor [mg] 1 793,00 Magnez [mg] 419,30 Żelazo [mg] 13,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 048,20 Witamina D [ug] 1,10 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina B12 [ug] 3,80 Witamina C [mg] 153,30 |
| | LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa krupnik 400,00 ml (GLU, SEL) Sos boloński z indyka 200,00 g (GLU) Makaron 180,00 g (GLU) Sałata lodowa 100,00 g Sos jogurtowy 20,00 g (MLE) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml | Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta z zielonego groszku i sera lekka 80,00 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g | Energia [kcal] 2 335,60 Białko ogółem [g] 107,70 Tłuszcz [g] 85,70 Węglowodany ogółem [g] 296,10 Sód [mg] 2 397,20 Potas [mg] 3 599,50 Wapń [mg] 616,70 Fosfor [mg] 1 457,00 Magnez [mg] 289,70 Żelazo [mg] 10,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 591,30 Witamina D [ug] 1,30 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina B12 [ug] 3,80 Witamina C [mg] 99,80 |

Oznaczenia alergenów:

| | |
|------------|--|
| <i>MLE</i> | - <i>Białko mleka krowiego,</i> |
| <i>GLU</i> | - <i>Gluten,</i> |
| <i>JAJ</i> | - <i>Jaja kurze,</i> |
| <i>MWŁ</i> | - <i>Mięso wołowe,</i> |
| <i>MWP</i> | - <i>Mięso wieprzowe,</i> |
| <i>OZI</i> | - <i>Orzechy ziemne,</i> |
| <i>OAR</i> | - <i>Orzechy archaidowe,</i> |
| <i>OWŁ</i> | - <i>Orzechy włoskie,</i> |
| <i>SEL</i> | - <i>Seler,</i> |
| <i>S02</i> | - <i>Dwutlenek siarki / siarczyny,</i> |
| <i>RYB</i> | - <i>Ryby,</i> |
| <i>SKO</i> | - <i>Skorupiaki,</i> |
| <i>MIE</i> | - <i>Mięczaki,</i> |
| <i>SOJ</i> | - <i>Soja,</i> |
| <i>STR</i> | - <i>Rośliny strączkowe,</i> |
| <i>GOR</i> | - <i>Gorczyca i produkty pochodne,</i> |
| <i>SEZ</i> | - <i>Ziarno sezamu,</i> |
| <i>ŁUB</i> | - <i>Łubin i produkty pochodne,</i> |
| <i>ŻYT</i> | - <i>Żyto,</i> |
| <i>KAM</i> | - <i>Kamut,</i> |