

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-01 piątek	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) Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Herbata 1,00 szt Sałata 30,00 g Pomidor 70,00 g Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Barszcz biały 400,00 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos paprykowy 60,00 g Ziemniaki 180,00 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej 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) Chrzanowy twarózek 80,00 g (MLE, S02) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 347,40 Białko ogółem [g] 98,60 Tłuszcz [g] 94,50 Węglowodany ogółem [g] 302,10 Sód [mg] 2 979,20 Potas [mg] 4 974,90 Wapń [mg] 600,90 Fosfor [mg] 1 611,80 Magnez [mg] 381,70 Żelazo [mg] 13,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 478,40 Witamina D [ug] 3,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,40 Błonnik pokarmowy [g] 29,10 Witamina C [mg] 193,60 suma cukrów prostych [g] 38,80
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 90,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Herbata 1,00 szt Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Barszcz biały 400,00 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Kasza gryczana nieprażona 180,00 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 120,00 g Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80,00 g (MLE, S02) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Sałata 20,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 093,40 Białko ogółem [g] 95,90 Tłuszcz [g] 90,60 Węglowodany ogółem [g] 258,90 Sód [mg] 2 812,60 Potas [mg] 4 009,70 Wapń [mg] 622,00 Fosfor [mg] 1 853,90 Magnez [mg] 484,00 Żelazo [mg] 14,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 386,10 Witamina D [ug] 3,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,20 Błonnik pokarmowy [g] 35,40 Witamina C [mg] 125,70 suma cukrów prostych [g] 21,40
	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) Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Herbata 1,00 szt Pomidor 70,00 g Cukier 5,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Barszcz biały lekkostrawny 400,00 ml (GLU, SEL, S02) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Ziemniaki 180,00 g Sos pomidorow o-grecki 60,00 g (SEL) Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kaliafor) 120,00 g (GLU) 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) Twarózek z jabłkiem 80,00 g (MLE) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 351,00 Białko ogółem [g] 96,70 Tłuszcz [g] 90,60 Węglowodany ogółem [g] 307,10 Sód [mg] 3 688,10 Potas [mg] 4 830,90 Wapń [mg] 553,20 Fosfor [mg] 1 523,20 Magnez [mg] 360,90 Żelazo [mg] 12,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 328,00 Witamina D [ug] 4,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,60 Błonnik pokarmowy [g] 23,90 Witamina C [mg] 162,70 suma cukrów prostych [g] 34,20

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-02 sobota	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 piastowska 30,00 g Ser żółty 30,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100,00 g (GLU) Sos selerowy 60,00 g (GLU, SEL) Ryż paraboliczny 180,00 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120,00 g 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 na kartki 30,00 g Jajko 1,00 szt (JAJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 406,00 Białko ogółem [g] 98,30 Tłuszcz [g] 104,90 Węglowodany ogółem [g] 293,50 Sód [mg] 4 001,50 Potas [mg] 3 945,70 Wapń [mg] 785,10 Fosfor [mg] 1 677,80 Magnez [mg] 391,90 Żelazo [mg] 11,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 551,90 Witamina D [ug] 2,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,40 Błonnik pokarmowy [g] 29,60 Witamina C [mg] 136,20 suma cukrów prostych [g] 31,10
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Ser żółty 30,00 g (MLE) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100,00 g (GLU) Ryż brązowy 180,00 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem b/cukru 120,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Jajko 1,00 szt (JAJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 215,80 Białko ogółem [g] 93,70 Tłuszcz [g] 101,30 Węglowodany ogółem [g] 269,90 Sód [mg] 3 226,00 Potas [mg] 4 098,00 Wapń [mg] 785,40 Fosfor [mg] 1 836,40 Magnez [mg] 441,10 Żelazo [mg] 13,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 470,00 Witamina D [ug] 1,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,30 Błonnik pokarmowy [g] 36,30 Witamina C [mg] 131,70 suma cukrów prostych [g] 20,40
	LUXMED Lekkostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 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 koperkowa lekkostrawna 400,00 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100,00 g (GLU) Sos selerowy 60,00 g (GLU, SEL) Ryż paraboliczny 180,00 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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) Szynka na kartki 30,00 g Jajko 1,00 szt (JAJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 434,80 Białko ogółem [g] 105,70 Tłuszcz [g] 99,50 Węglowodany ogółem [g] 299,60 Sód [mg] 3 708,00 Potas [mg] 3 970,00 Wapń [mg] 565,80 Fosfor [mg] 1 581,00 Magnez [mg] 354,60 Żelazo [mg] 10,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 532,50 Witamina D [ug] 2,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,80 Błonnik pokarmowy [g] 25,20 Witamina C [mg] 146,40 suma cukrów prostych [g] 32,70

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-03 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) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Twarożek z rzodkiewką i szczy piorkiem 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 400,00 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony pieczony 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180,00 g Kalarepa z marchewką duszona z koperkiem 120,00 g 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 delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałatka hawajska 150,00 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 358,00 Białko ogółem [g] 99,10 Tłuszcz [g] 97,80 Węglowodany ogółem [g] 297,50 Sód [mg] 3 418,20 Potas [mg] 4 997,70 Wapń [mg] 602,00 Fosfor [mg] 1 596,60 Magnez [mg] 377,60 Żelazo [mg] 13,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 492,00 Witamina D [ug] 2,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,40 Błonnik pokarmowy [g] 31,20 Witamina C [mg] 279,40 suma cukrów prostych [g] 34,20
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Twarożek z rzodkiewką i szczy piorkiem 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony pieczony 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza pęczak 180,00 g (GLU) Kalarepa duszona z koperkiem b/c 120,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałatka hawajska b/c 150,00 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 256,40 Białko ogółem [g] 99,10 Tłuszcz [g] 100,60 Węglowodany ogółem [g] 277,10 Sód [mg] 3 418,70 Potas [mg] 4 204,30 Wapń [mg] 649,00 Fosfor [mg] 1 777,20 Magnez [mg] 407,70 Żelazo [mg] 15,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 975,00 Witamina D [ug] 2,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,90 Błonnik pokarmowy [g] 40,40 Witamina C [mg] 294,50 suma cukrów prostych [g] 22,10
	LUXMED Lekkostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Twarożek 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 pieczony 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180,00 g Kalarepa z marchewką duszona z koperkiem 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) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Sałatka hawajska 150,00 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 400,20 Białko ogółem [g] 102,70 Tłuszcz [g] 97,00 Węglowodany ogółem [g] 299,90 Sód [mg] 3 388,90 Potas [mg] 4 827,10 Wapń [mg] 573,90 Fosfor [mg] 1 510,80 Magnez [mg] 342,80 Żelazo [mg] 12,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 474,30 Witamina D [ug] 2,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,80 Błonnik pokarmowy [g] 25,90 Witamina C [mg] 276,40 suma cukrów prostych [g] 33,30

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-04 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) Szynka piastowska 30,00 g Ser biały 80,00 g (MLE) Rzodkiewka 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z dyni 400,00 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza gryczana 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) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Pasta z makrelą lekka 80,00 g (MLE, JAJ, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 333,00 Białko ogółem [g] 104,60 Tłuszcz [g] 102,10 Węglowodany ogółem [g] 275,20 Sód [mg] 3 048,60 Potas [mg] 4 014,40 Wapń [mg] 668,30 Fosfor [mg] 1 688,50 Magnez [mg] 421,30 Żelazo [mg] 14,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 185,50 Witamina D [ug] 4,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,00 Błonnik pokarmowy [g] 29,50 Witamina C [mg] 132,20 suma cukrów prostych [g] 45,60
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Ser biały 80,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z dyni lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100,00 g (GLU, MWP) Kasza gryczana 180,00 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych b/c 100,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Pasta z makrelą lekka 80,00 g (MLE, JAJ, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 157,40 Białko ogółem [g] 114,70 Tłuszcz [g] 94,90 Węglowodany ogółem [g] 246,80 Sód [mg] 2 883,80 Potas [mg] 4 221,40 Wapń [mg] 660,00 Fosfor [mg] 2 015,40 Magnez [mg] 494,60 Żelazo [mg] 14,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 102,80 Witamina D [ug] 4,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,50 Błonnik pokarmowy [g] 37,30 Witamina C [mg] 138,20 suma cukrów prostych [g] 24,40
	LUXMED Lekkostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Ser biały 80,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z dyni lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) 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) Szynkowa z fileta 30,00 g (GLU) Twarożek miętowy 80,00 g (MLE) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 296,20 Białko ogółem [g] 103,20 Tłuszcz [g] 94,30 Węglowodany ogółem [g] 276,60 Sód [mg] 2 617,10 Potas [mg] 3 674,80 Wapń [mg] 646,90 Fosfor [mg] 1 437,60 Magnez [mg] 278,80 Żelazo [mg] 11,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 255,80 Witamina D [ug] 1,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,90 Błonnik pokarmowy [g] 22,80 Witamina C [mg] 126,50 suma cukrów prostych [g] 45,50

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-05 wtorek	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) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Zupa szpinakowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140,00 g Sos musztardowo-miodowy 60,00 g (GLU, GOR) Ziemniaki 180,00 g Marchewka z groszkiem 120,00 g (GLU, STR) Kompot truskawkowy 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) Serek waniliowy homogenizowany 80,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 383,50 Białko ogółem [g] 120,20 Tłuszcz [g] 97,80 Węglowodany ogółem [g] 276,60 Sód [mg] 3 060,40 Potas [mg] 4 749,20 Wapń [mg] 598,50 Fosfor [mg] 1 786,60 Magnez [mg] 384,60 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 462,60 Witamina D [ug] 5,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,90 Błonnik pokarmowy [g] 26,10 Witamina C [mg] 135,70 suma cukrów prostych [g] 41,90
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Ogórek 80,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) Herbata 1,00 szt	Zupa szpinakowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140,00 g Ryż brązowy 180,00 g Surówka coleslaw b/c 120,00 g (JAJ, GOR) Kompot truskawkowy b/c 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 228,70 Białko ogółem [g] 111,00 Tłuszcz [g] 102,70 Węglowodany ogółem [g] 244,20 Sód [mg] 3 120,20 Potas [mg] 3 934,60 Wapń [mg] 665,10 Fosfor [mg] 1 921,10 Magnez [mg] 447,50 Żelazo [mg] 15,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 476,10 Witamina D [ug] 5,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,70 Błonnik pokarmowy [g] 35,90 Witamina C [mg] 139,70 suma cukrów prostych [g] 20,00
	LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30,00 g (MWP) Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE) Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140,00 g Sos koperkowy 60,00 g (GLU) Ziemniaki 180,00 g Marchewka z groszkiem 120,00 g (GLU, STR) Kompot truskawkowy b/c 250,00 ml	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Serek waniliowy homogenizowany 80,00 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30,00 g Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 349,50 Białko ogółem [g] 121,30 Tłuszcz [g] 93,00 Węglowodany ogółem [g] 272,20 Sód [mg] 2 724,40 Potas [mg] 4 737,80 Wapń [mg] 578,30 Fosfor [mg] 1 681,80 Magnez [mg] 341,40 Żelazo [mg] 13,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 514,20 Witamina D [ug] 5,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,70 Błonnik pokarmowy [g] 22,30 Witamina C [mg] 148,70 suma cukrów prostych [g] 39,70

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-06 środa	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 Twarożek z cebulką i pieprzem 80,00 g (MLE, JAJ) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj soule z pieca 100,00 g (GLU) Sos paprykowy 60,00 g Ziemniaki 180,00 g Surówka z selera i marchewki 120,00 g (MLE, SEL) 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) Paszтет domowy 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Poledwica drobiowa 80% 30,00 g Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 310,00 Białko ogółem [g] 97,20 Tłuszcz [g] 94,90 Węglowodany ogółem [g] 297,20 Sód [mg] 2 820,20 Potas [mg] 5 143,80 Wapń [mg] 629,90 Fosfor [mg] 1 722,80 Magnez [mg] 402,90 Żelazo [mg] 12,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 684,80 Witamina D [ug] 1,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,70 Błonnik pokarmowy [g] 34,70 Witamina C [mg] 210,60 suma cukrów prostych [g] 41,30
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g Twarożek z cebulką i pieprzem 80,00 g (MLE, JAJ) Ogórek 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj soule z pieca 100,00 g (GLU) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Surówka z selera i marchewki b/c 120,00 g (MLE, SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Paszтет domowy 80,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Poledwica drobiowa 80% 30,00 g Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 186,20 Białko ogółem [g] 99,60 Tłuszcz [g] 102,90 Węglowodany ogółem [g] 251,90 Sód [mg] 2 814,10 Potas [mg] 4 129,00 Wapń [mg] 645,10 Fosfor [mg] 1 862,70 Magnez [mg] 416,00 Żelazo [mg] 13,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 021,40 Witamina D [ug] 1,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,40 Błonnik pokarmowy [g] 40,90 Witamina C [mg] 140,70 suma cukrów prostych [g] 26,30
	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 Twarożek z oliwkami 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Mintaj soule z pieca 100,00 g (GLU) Ziemniaki 180,00 g Sos pomidorowy 60,00 g (GLU) Surówka z selera i marchewki 120,00 g (MLE, SEL) 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) Paszтет domowy 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Poledwica drobiowa 80% 30,00 g Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 322,90 Białko ogółem [g] 101,90 Tłuszcz [g] 88,70 Węglowodany ogółem [g] 301,90 Sód [mg] 2 833,20 Potas [mg] 5 147,90 Wapń [mg] 591,50 Fosfor [mg] 1 659,80 Magnez [mg] 371,00 Żelazo [mg] 11,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 633,90 Witamina D [ug] 1,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,90 Błonnik pokarmowy [g] 28,30 Witamina C [mg] 184,80 suma cukrów prostych [g] 39,60

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-07 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) Wędzonka krotoszyńska 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)	Barszcz ukraiński 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Kalań 120,00 g (GLU) 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) Polędwica z piersi indy czej 30,00 g Sałatka jarzynowa 150,00 g (JAJ, SEL, STR, GOR) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 473,90 Białko ogółem [g] 96,80 Tłuszcz [g] 95,20 Węglowodany ogółem [g] 338,50 Sód [mg] 3 407,60 Potas [mg] 5 305,50 Wapń [mg] 580,00 Fosfor [mg] 1 644,30 Magnez [mg] 423,40 Żelazo [mg] 16,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 303,90 Witamina D [ug] 2,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,60 Błonnik pokarmowy [g] 35,50 Witamina C [mg] 206,90 suma cukrów prostych [g] 39,60
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 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)	Barszcz ukraiński 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana nieprażona 180,00 g Kalań 120,00 g (GLU) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Sałatka jarzynowa 150,00 g (JAJ, SEL, STR, GOR) Polędwica z piersi indy czej 30,00 g Rzodkiewka 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 307,10 Białko ogółem [g] 94,40 Tłuszcz [g] 97,20 Węglowodany ogółem [g] 306,00 Sód [mg] 3 334,60 Potas [mg] 4 473,60 Wapń [mg] 597,40 Fosfor [mg] 1 924,00 Magnez [mg] 540,90 Żelazo [mg] 18,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 308,30 Witamina D [ug] 3,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,90 Błonnik pokarmowy [g] 44,30 Witamina C [mg] 164,80 suma cukrów prostych [g] 29,20
	LUXMED Lekkostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 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)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400,00 ml (SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100,00 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180,00 g Kalań 120,00 g (GLU) 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) Polędwica z piersi indy czej 30,00 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150,00 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 474,10 Białko ogółem [g] 96,70 Tłuszcz [g] 92,50 Węglowodany ogółem [g] 336,60 Sód [mg] 3 185,70 Potas [mg] 5 163,10 Wapń [mg] 531,20 Fosfor [mg] 1 515,60 Magnez [mg] 363,00 Żelazo [mg] 14,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 505,30 Witamina D [ug] 3,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,90 Błonnik pokarmowy [g] 28,60 Witamina C [mg] 208,10 suma cukrów prostych [g] 39,10

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-08 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) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Ser żółty 30,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z soczewicy z pomidorami 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Makaron zapiekany z serem 300,00 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 120,00 g 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 twarogowo - łososiowa z koperkiem 80,00 g (MLE, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 413,70 Białko ogółem [g] 116,30 Tłuszcz [g] 77,80 Węglowodany ogółem [g] 333,70 Sód [mg] 2 634,40 Potas [mg] 3 755,80 Wapń [mg] 957,20 Fosfor [mg] 1 799,30 Magnez [mg] 315,70 Żelazo [mg] 12,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 217,20 Witamina D [ug] 4,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,00 Błonnik pokarmowy [g] 26,80 Witamina C [mg] 189,30 suma cukrów prostych [g] 81,50
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) 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 z soczewicy z pomidorami 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Ser biały obiad b/c 120,00 g (MLE) Makaron razowy 180,00 g (GLU) Mus truskawkowy bez cukru 120,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80,00 g (MLE, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 123,30 Białko ogółem [g] 104,30 Tłuszcz [g] 83,40 Węglowodany ogółem [g] 273,20 Sód [mg] 2 655,60 Potas [mg] 3 798,30 Wapń [mg] 932,30 Fosfor [mg] 1 841,90 Magnez [mg] 371,50 Żelazo [mg] 13,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 064,80 Witamina D [ug] 3,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,40 Błonnik pokarmowy [g] 36,00 Witamina C [mg] 189,30 suma cukrów prostych [g] 27,00
	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 naturalny homogenizowany 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400,00 ml (SEL) Makaron zapiekany z serem 300,00 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 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) Szynka piastowska 30,00 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80,00 g (MLE, RYB) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 431,00 Białko ogółem [g] 113,20 Tłuszcz [g] 75,40 Węglowodany ogółem [g] 332,20 Sód [mg] 2 343,30 Potas [mg] 3 299,40 Wapń [mg] 733,10 Fosfor [mg] 1 587,00 Magnez [mg] 268,90 Żelazo [mg] 10,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 061,00 Witamina D [ug] 4,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,10 Błonnik pokarmowy [g] 19,40 Witamina C [mg] 177,90 suma cukrów prostych [g] 81,80

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-09 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 (MLE) 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) Pieczeń rzymska 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza bulgur 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) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 318,90 Białko ogółem [g] 96,30 Tłuszcz [g] 98,70 Węglowodany ogółem [g] 281,60 Sód [mg] 2 775,70 Potas [mg] 3 426,90 Wapń [mg] 548,70 Fosfor [mg] 1 471,40 Magnez [mg] 311,50 Żelazo [mg] 12,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 921,30 Witamina D [ug] 2,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,50 Błonnik pokarmowy [g] 26,80 Witamina C [mg] 159,20 suma cukrów prostych [g] 29,40
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 90,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Schab na kartki 30,00 g (MLE) 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) Pieczeń rzymska 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza bulgur 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) Szynkowa 80 % 30,00 g (MWP) Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 140,70 Białko ogółem [g] 92,10 Tłuszcz [g] 93,90 Węglowodany ogółem [g] 262,90 Sód [mg] 2 724,50 Potas [mg] 3 641,70 Wapń [mg] 560,50 Fosfor [mg] 1 624,80 Magnez [mg] 364,90 Żelazo [mg] 13,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 909,80 Witamina D [ug] 2,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,80 Błonnik pokarmowy [g] 35,30 Witamina C [mg] 159,30 suma cukrów prostych [g] 19,90
	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 (MLE) 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) Pieczeń rzymska 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Bukiet warzyw (marchew, brokuł, kalafior) 120,00 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml Kasza bulgur 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) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 40,00 g Sałata 10,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 344,30 Białko ogółem [g] 97,70 Tłuszcz [g] 97,40 Węglowodany ogółem [g] 284,40 Sód [mg] 2 747,40 Potas [mg] 3 407,20 Wapń [mg] 524,30 Fosfor [mg] 1 376,90 Magnez [mg] 281,60 Żelazo [mg] 11,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 965,30 Witamina D [ug] 2,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,50 Błonnik pokarmowy [g] 23,00 Witamina C [mg] 169,40 suma cukrów prostych [g] 28,70

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2023-12-10 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 pomidorowa z ryżem 400,00 ml (MLE, SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Ziemniaki 180,00 g Fasolka szparagowa 120,00 g (MLE, 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 indy czej 30,00 g Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 353,30 Białko ogółem [g] 111,60 Tłuszcz [g] 107,90 Węglowodany ogółem [g] 258,10 Sód [mg] 3 194,10 Potas [mg] 4 359,10 Wapń [mg] 840,00 Fosfor [mg] 1 733,20 Magnez [mg] 357,20 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 348,00 Witamina D [ug] 5,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,40 Błonnik pokarmowy [g] 27,80 Witamina C [mg] 152,50 suma cukrów prostych [g] 30,60
	LUXMED Cukrzykowa -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 pomidorowa z ryżem 400,00 ml (MLE, SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Fasolka szparagowa 120,00 g (MLE, GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Poledwica z piersi indy czej 30,00 g Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Sałata 10,00 g Rzodkiewka 40,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 155,50 Białko ogółem [g] 105,60 Tłuszcz [g] 108,50 Węglowodany ogółem [g] 225,00 Sód [mg] 3 118,90 Potas [mg] 3 412,20 Wapń [mg] 853,40 Fosfor [mg] 1 859,00 Magnez [mg] 374,50 Żelazo [mg] 15,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 342,70 Witamina D [ug] 5,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,20 Błonnik pokarmowy [g] 36,30 Witamina C [mg] 110,40 suma cukrów prostych [g] 20,10
	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 pomidorowa z ryżem lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Kurczak po kujawsku 140,00 g (GLU, JAJ, GOR) Ziemniaki 180,00 g Fasolka szparagowa 120,00 g (MLE, 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 indy czej 30,00 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Sałata 10,00 g Pomidor 40,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 385,30 Białko ogółem [g] 117,40 Tłuszcz [g] 100,20 Węglowodany ogółem [g] 270,50 Sód [mg] 2 699,40 Potas [mg] 4 278,80 Wapń [mg] 622,90 Fosfor [mg] 1 625,30 Magnez [mg] 316,50 Żelazo [mg] 13,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 325,50 Witamina D [ug] 5,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,70 Błonnik pokarmowy [g] 21,80 Witamina C [mg] 153,10 suma cukrów prostych [g] 40,30

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>