

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-01 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 Kalafor 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70,00 g 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 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Gruszka 1,00 szt	Energia [kcal] 2 536,80 Białko ogółem [g] 97,90 Tłuszcz [g] 94,80 Węglowodany ogółem [g] 357,10 Sód [mg] 3 603,00 Potas [mg] 5 703,30 Wapń [mg] 602,80 Fosfor [mg] 1 678,60 Magnez [mg] 442,30 Żelazo [mg] 17,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 504,60 Witamina D [ug] 2,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,90 Błonnik pokarmowy [g] 38,50 Witamina C [mg] 214,80 suma cukrów prostych [g] 39,80
	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 pęczak 180,00 g (GLU) Kalafor 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70,00 g 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 Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Gruszka 1,00 szt	Energia [kcal] 2 374,50 Białko ogółem [g] 93,10 Tłuszcz [g] 96,90 Węglowodany ogółem [g] 327,70 Sód [mg] 3 526,00 Potas [mg] 4 749,50 Wapń [mg] 617,10 Fosfor [mg] 1 800,80 Magnez [mg] 461,90 Żelazo [mg] 18,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 484,80 Witamina D [ug] 2,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,50 Błonnik pokarmowy [g] 47,10 Witamina C [mg] 172,70 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 Kalafor 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70,00 g 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 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Mandarynka 1,00 szt	Energia [kcal] 2 503,50 Białko ogółem [g] 97,60 Tłuszcz [g] 92,10 Węglowodany ogółem [g] 346,40 Sód [mg] 3 381,90 Potas [mg] 5 553,10 Wapń [mg] 573,00 Fosfor [mg] 1 543,80 Magnez [mg] 384,10 Żelazo [mg] 15,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 672,10 Witamina D [ug] 2,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,20 Błonnik pokarmowy [g] 31,00 Witamina C [mg] 235,10 suma cukrów prostych [g] 45,30

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-02 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) Kiełbasa krakowska 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 krupnik z kaszy jaglanej 400,00 ml (SEL) Makaron zapiekany z serem 300,00 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 80,00 g Surówka z marchwi i ananasa 70,00 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 twarogowo-łososiowa z koperkiem 80,00 g (MLE, RYB) Rzodkiewka 70,00 g Kapusta pekińska 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Pomarańcza 1,00 szt	Energia [kcal] 2 527,80 Białko ogółem [g] 114,70 Tłuszcz [g] 85,40 Węglowodany ogółem [g] 351,80 Sód [mg] 2 872,80 Potas [mg] 4 016,40 Wapń [mg] 1 049,10 Fosfor [mg] 1 816,40 Magnez [mg] 339,80 Żelazo [mg] 13,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 078,20 Witamina D [ug] 4,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,60 Błonnik pokarmowy [g] 32,30 Witamina C [mg] 266,90 suma cukrów prostych [g] 83,00
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Kiełbasa krakowska 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 krupnik z kaszy jaglanej 400,00 ml (SEL) Ser biały obiad b/c 120,00 g (MLE) Makaron razowy 180,00 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem b/c 80,00 g (MLE) Mus truskawkowy bez cukru 70,00 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) Rzodkiewka 70,00 g Kapusta pekińska 30,00 g Herbata 1,00 szt Pomarańcza 1,00 szt	Energia [kcal] 2 255,30 Białko ogółem [g] 102,70 Tłuszcz [g] 89,90 Węglowodany ogółem [g] 298,10 Sód [mg] 2 800,60 Potas [mg] 4 047,10 Wapń [mg] 1 028,80 Fosfor [mg] 1 860,10 Magnez [mg] 393,90 Żelazo [mg] 14,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 114,60 Witamina D [ug] 3,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,30 Błonnik pokarmowy [g] 41,50 Witamina C [mg] 260,70 suma cukrów prostych [g] 37,60
	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) 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 krupnik z kaszy jaglanej 400,00 ml (SEL) Makaron zapiekany z serem 300,00 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 80,00 g Surówka z marchwi i ananasa 70,00 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 twarogowo-łososiowa z koperkiem 80,00 g (MLE, RYB) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Pomarańcza 1,00 szt	Energia [kcal] 2 604,90 Białko ogółem [g] 117,40 Tłuszcz [g] 85,00 Węglowodany ogółem [g] 355,90 Sód [mg] 2 583,90 Potas [mg] 3 931,60 Wapń [mg] 825,90 Fosfor [mg] 1 656,60 Magnez [mg] 302,30 Żelazo [mg] 12,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 133,10 Witamina D [ug] 4,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,70 Witamina C [mg] 259,30 suma cukrów prostych [g] 84,10

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-03 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) 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 w ieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kaliafor) 80,00 g (GLU) Sałatka z buraka 70,00 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 Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Kiwi 1,00 szt	Energia [kcal] 2 578,90 Białko ogółem [g] 114,20 Tłuszcz [g] 116,80 Węglowodany ogółem [g] 290,80 Sód [mg] 2 712,60 Potas [mg] 4 279,50 Wapń [mg] 609,60 Fosfor [mg] 1 626,20 Magnez [mg] 340,00 Żelazo [mg] 13,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 098,50 Witamina D [ug] 2,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,70 Błonnik pokarmowy [g] 29,20 Witamina C [mg] 230,20 suma cukrów prostych [g] 35,60
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 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 Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa z kalarepy 400,00 ml (MLE, GLU, SEL) Bitka w ieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Seler z pomidorami 80,00 g Sałata 55,00 g Sos v inegret 15,00 g (GOR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30,00 g Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Kiwi 1,00 szt	Energia [kcal] 2 392,60 Białko ogółem [g] 109,10 Tłuszcz [g] 118,10 Węglowodany ogółem [g] 259,70 Sód [mg] 2 889,30 Potas [mg] 4 392,20 Wapń [mg] 623,60 Fosfor [mg] 1 808,70 Magnez [mg] 399,80 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 206,20 Witamina D [ug] 2,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,60 Błonnik pokarmowy [g] 39,50 Witamina C [mg] 223,70 suma cukrów prostych [g] 20,70
	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 Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa z kalarepy lekkostrawna 400,00 ml (GLU, SEL) Bitka w ieprzowa lekkostrawna 100,00 g (GLU, MWP, SEL) Sos pieczeniowy lekki 60,00 g (GLU) Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kaliafor) 80,00 g (GLU) Sałatka z buraka 70,00 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 Kielbasa krakowska 30,00 g (MWP) Pomidor 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Kiwi 1,00 szt	Energia [kcal] 2 611,00 Białko ogółem [g] 115,80 Tłuszcz [g] 115,70 Węglowodany ogółem [g] 294,00 Sód [mg] 2 681,40 Potas [mg] 4 244,30 Wapń [mg] 584,30 Fosfor [mg] 1 520,00 Magnez [mg] 306,10 Żelazo [mg] 13,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 143,40 Witamina D [ug] 2,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,70 Błonnik pokarmowy [g] 24,70 Witamina C [mg] 240,40 suma cukrów prostych [g] 34,70

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-04 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 b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400,00 ml (MLE, SEL) Kurczak caprese 100,00 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180,00 g Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70,00 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) Poledwica z piersi indy czej 30,00 g Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Kapusta pekińska 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Banan 1,00 szt	Energia [kcal] 2 645,10 Białko ogółem [g] 109,10 Tłuszcz [g] 117,20 Węglowodany ogółem [g] 318,30 Sód [mg] 3 912,70 Potas [mg] 5 527,50 Wapń [mg] 925,90 Fosfor [mg] 1 825,70 Magnez [mg] 444,10 Żelazo [mg] 14,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 018,50 Witamina D [ug] 2,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,20 Błonnik pokarmowy [g] 33,60 Witamina C [mg] 219,90 suma cukrów prostych [g] 54,00
	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 caprese 100,00 g (MLE, GLU) Kasza jęczmienna 180,00 g (GLU) Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z dyni b/c 70,00 g (MLE, JAJ) 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) Kapusta pekińska 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Herbata 1,00 szt Jabłko 1,00 szt	Energia [kcal] 2 365,40 Białko ogółem [g] 101,70 Tłuszcz [g] 119,90 Węglowodany ogółem [g] 262,00 Sód [mg] 3 858,60 Potas [mg] 3 994,90 Wapń [mg] 931,30 Fosfor [mg] 1 925,40 Magnez [mg] 395,60 Żelazo [mg] 15,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 040,70 Witamina D [ug] 2,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,10 Błonnik pokarmowy [g] 42,50 Witamina C [mg] 177,30 suma cukrów prostych [g] 28,90
	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 Twarożek z jabłkiem 80,00 g (MLE) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Kurczak caprese 100,00 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180,00 g Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Poledwica z piersi indy czej 30,00 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80,00 g (MLE, JAJ) Sałata 30,00 g Pomidor 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Banan 1,00 szt	Energia [kcal] 2 646,10 Białko ogółem [g] 111,30 Tłuszcz [g] 108,90 Węglowodany ogółem [g] 327,50 Sód [mg] 3 413,60 Potas [mg] 5 468,00 Wapń [mg] 697,80 Fosfor [mg] 1 680,70 Magnez [mg] 402,80 Żelazo [mg] 13,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 053,70 Witamina D [ug] 2,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,10 Błonnik pokarmowy [g] 27,30 Witamina C [mg] 217,10 suma cukrów prostych [g] 59,20

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-05 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Grahamka 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 Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Sałata lodowa 30,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400,00 ml (MLE, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300,00 g (MLE, GLU) Marchewka z groszkiem 80,00 g (GLU, STR) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Mandarynka 1,00 szt 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 brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150,00 g (MLE, JAJ) Sałata 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 426,10 Białko ogółem [g] 122,20 Tłuszcz [g] 101,20 Węglowodany ogółem [g] 286,60 Sód [mg] 2 944,00 Potas [mg] 5 646,90 Wapń [mg] 827,70 Fosfor [mg] 1 944,90 Magnez [mg] 453,00 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 093,90 Witamina D [ug] 1,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,70 Błonnik pokarmowy [g] 35,80 Witamina C [mg] 302,80 suma cukrów prostych [g] 44,10
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 90,00 g (GLU) Grahamka 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 lodowa 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) Makaron razowy 180,00 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej b/c 70,00 g Puree z pietruszki 80,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Mandarynka 1,00 szt Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150,00 g (MLE, JAJ) Sałata 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 586,60 Białko ogółem [g] 115,60 Tłuszcz [g] 123,60 Węglowodany ogółem [g] 297,40 Sód [mg] 3 203,60 Potas [mg] 4 706,00 Wapń [mg] 793,40 Fosfor [mg] 2 012,30 Magnez [mg] 470,70 Żelazo [mg] 16,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 034,50 Witamina D [ug] 2,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,40 Błonnik pokarmowy [g] 45,60 Witamina C [mg] 295,00 suma cukrów prostych [g] 32,00
	LUXMED Lekkostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Grahamka 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 lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400,00 ml (SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300,00 g (MLE, GLU) Marchewka gotowana 80,00 g (GLU) Surówka z kalarepy i marchewki 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Mandarynka 1,00 szt 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 brokułowa z kurczakiem lekka 150,00 g (MLE, JAJ) Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Pomidor 70,00 g	Energia [kcal] 2 333,90 Białko ogółem [g] 118,60 Tłuszcz [g] 90,70 Węglowodany ogółem [g] 286,50 Sód [mg] 2 688,90 Potas [mg] 5 619,90 Wapń [mg] 734,30 Fosfor [mg] 1 783,40 Magnez [mg] 396,80 Żelazo [mg] 13,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 819,00 Witamina D [ug] 1,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,10 Błonnik pokarmowy [g] 32,10 Witamina C [mg] 315,00 suma cukrów prostych [g] 44,90

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-06 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 Kapusta pekińska 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami 400,00 ml (MLE, SEL) Schab pieczony z morelami (faszerowany) z sosem 100,00 g (MWP) Sos morelowy 60,00 g Kasza pęczak 180,00 g (GLU) Kalań 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej 70,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Jabłko 1,00 szt 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 Paprykarz z tuńczyka 80,00 g (RYB) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 600,00 Białko ogółem [g] 115,50 Tłuszcz [g] 106,70 Węglowodany ogółem [g] 327,70 Sód [mg] 3 015,70 Potas [mg] 4 643,50 Wapń [mg] 674,20 Fosfor [mg] 1 727,00 Magnez [mg] 369,00 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 532,90 Witamina D [ug] 3,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,00 Błonnik pokarmowy [g] 37,50 Witamina C [mg] 237,40 suma cukrów prostych [g] 38,40
	LUXMED Cukrzykowa -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 Kapusta pekińska 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami 400,00 ml (MLE, SEL) Schab pieczony z morelami (faszerowany) 100,00 g (MWP) Kasza pęczak 180,00 g (GLU) Kalań 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej b/c 70,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Jabłko 1,00 szt Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Pasta z tuńczyka lekka (ryż brązowy) 80,00 g (JAJ, SEL, RYB) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 357,40 Białko ogółem [g] 113,10 Tłuszcz [g] 97,00 Węglowodany ogółem [g] 303,70 Sód [mg] 3 267,80 Potas [mg] 4 766,30 Wapń [mg] 670,70 Fosfor [mg] 1 947,60 Magnez [mg] 446,50 Żelazo [mg] 15,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 246,00 Witamina D [ug] 3,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,40 Błonnik pokarmowy [g] 47,80 Witamina C [mg] 227,40 suma cukrów prostych [g] 31,70
	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 b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami lekka 400,00 ml (SEL) Schab pieczony z morelami (faszerowany) z sosem 100,00 g (MWP) Sos morelowy 60,00 g Kasza kuskus 180,00 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70,00 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalań 80,00 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Jabłko 1,00 szt Chleb pszenno-żytni 60,00 g (GLU) Bułka wrocławska 60,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka piastowska 30,00 g Paprykarz z tuńczyka lekki 80,00 g (RYB) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 532,30 Białko ogółem [g] 115,40 Tłuszcz [g] 105,90 Węglowodany ogółem [g] 305,90 Sód [mg] 3 014,70 Potas [mg] 4 528,40 Wapń [mg] 640,20 Fosfor [mg] 1 545,40 Magnez [mg] 314,40 Żelazo [mg] 12,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 136,90 Witamina D [ug] 3,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,70 Błonnik pokarmowy [g] 31,40 Witamina C [mg] 222,30 suma cukrów prostych [g] 39,10

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-07 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 twarózek 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 ogórkowa 400,00 ml (MLE, SEL) Kartacze 280,00 g (JAJ, MWP) Cebula zasmażana 30,00 g Fasolka szparagowa 80,00 g (MLE, GLU, STR) Surówka coleslaw 70,00 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml	Melon 150,00 g 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) Papryka 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 502,10 Białko ogółem [g] 96,30 Tłuszcz [g] 98,50 Węglowodany ogółem [g] 331,90 Sód [mg] 4 018,40 Potas [mg] 6 127,70 Wapń [mg] 932,30 Fosfor [mg] 1 770,10 Magnez [mg] 457,60 Żelazo [mg] 13,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 100,30 Witamina D [ug] 1,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,50 Błonnik pokarmowy [g] 35,90 Witamina C [mg] 313,80 suma cukrów prostych [g] 42,60
	LUXMED Cukrzywcowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 70,00 g (GLU) Grahamka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Chrzanowy twarózek 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 ogórkowa 400,00 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100,00 g (GLU, JAJ, MWP) Ryż brązowy 180,00 g Fasolka szparagowa 80,00 g (MLE, GLU, STR) Surówka coleslaw b/c 70,00 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml	Kiwi 1,00 szt 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) Papryka 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 306,00 Białko ogółem [g] 102,10 Tłuszcz [g] 96,30 Węglowodany ogółem [g] 299,10 Sód [mg] 3 525,30 Potas [mg] 4 591,00 Wapń [mg] 678,70 Fosfor [mg] 1 845,20 Magnez [mg] 484,90 Żelazo [mg] 14,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 857,60 Witamina D [ug] 2,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,60 Błonnik pokarmowy [g] 42,80 Witamina C [mg] 313,70 suma cukrów prostych [g] 22,40
	LUXMED Lekkostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70,00 g (GLU) Kajzerka 1,00 szt (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarózek 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 ziemniaczanka 400,00 ml (GLU, SEL) Kartacze 280,00 g (JAJ, MWP) Surówka z selera 70,00 g (MLE, SEL) Fasolka szparagowa 80,00 g (MLE, GLU, STR) Kompot wiśniowy b/c 250,00 ml	Melon 150,00 g 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 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 392,70 Białko ogółem [g] 97,10 Tłuszcz [g] 84,50 Węglowodany ogółem [g] 328,90 Sód [mg] 3 616,20 Potas [mg] 6 137,70 Wapń [mg] 653,60 Fosfor [mg] 1 601,30 Magnez [mg] 415,20 Żelazo [mg] 13,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 493,40 Witamina D [ug] 2,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,20 Błonnik pokarmowy [g] 31,20 Witamina C [mg] 199,40 suma cukrów prostych [g] 39,70

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-08 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 b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100,00 g Sos selerowy 60,00 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180,00 g Mizeria z jogurtem b/c 70,00 g (MLE) Buraczki gotowane 80,00 g (MLE, GLU) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml Pączek 1,00 szt (MLE, GLU, JAJ)	Gruszka 1,00 szt 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 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 703,70 Białko ogółem [g] 128,70 Tłuszcz [g] 88,70 Węglowodany ogółem [g] 375,50 Sód [mg] 3 049,40 Potas [mg] 5 946,70 Wapń [mg] 963,40 Fosfor [mg] 2 034,20 Magnez [mg] 443,60 Żelazo [mg] 15,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 344,90 Witamina D [ug] 1,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,40 Błonnik pokarmowy [g] 33,90 Witamina C [mg] 164,70 suma cukrów prostych [g] 71,90
	LUXMED Cukrzykowa -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 solferino 400,00 ml (MLE, SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100,00 g Kasza gryczana 180,00 g Kalaifor 80,00 g (MLE, GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70,00 g (MLE) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml Ciasto drożdżowe bez cukru 60,00 g (MLE, GLU, JAJ)	Gruszka 1,00 szt Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Ser żółty 30,00 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30,00 g (MWP) Rzodkiewka 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 280,90 Białko ogółem [g] 119,80 Tłuszcz [g] 81,20 Węglowodany ogółem [g] 300,00 Sód [mg] 2 735,40 Potas [mg] 4 778,80 Wapń [mg] 923,80 Fosfor [mg] 2 183,10 Magnez [mg] 542,20 Żelazo [mg] 14,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 183,50 Witamina D [ug] 1,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,70 Błonnik pokarmowy [g] 40,70 Witamina C [mg] 156,80 suma cukrów prostych [g] 31,20
	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 b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino lekka 400,00 ml (SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100,00 g Sos selerowy 60,00 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180,00 g Buraczki gotowane 80,00 g (MLE, GLU) Sałata 50,00 g Sos jogurtowy b/c 15,00 g (MLE) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 250,00 ml Bułeczki maślane 1,00 szt (MLE, GLU, JAJ)	Jabłko 1,00 szt 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 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 657,40 Białko ogółem [g] 133,60 Tłuszcz [g] 76,20 Węglowodany ogółem [g] 380,80 Sód [mg] 3 031,50 Potas [mg] 5 893,40 Wapń [mg] 703,50 Fosfor [mg] 1 864,40 Magnez [mg] 406,70 Żelazo [mg] 14,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 346,60 Witamina D [ug] 1,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,30 Błonnik pokarmowy [g] 29,10 Witamina C [mg] 175,80 suma cukrów prostych [g] 60,90

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-09 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 indy czej 30,00 g Ogórek kiszony 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa z ciecierzycy 400,00 ml (SEL, STR) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60,00 g Ziemniaki 180,00 g Szpinak jogurtowy 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszanej i białej 70,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Banan 1,00 szt 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 szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 573,70 Białko ogółem [g] 112,00 Tłuszcz [g] 92,20 Węglowodany ogółem [g] 356,40 Sód [mg] 3 753,20 Potas [mg] 6 328,70 Wapń [mg] 700,60 Fosfor [mg] 1 761,70 Magnez [mg] 530,90 Żelazo [mg] 17,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 944,20 Witamina D [ug] 3,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,30 Błonnik pokarmowy [g] 36,60 Witamina C [mg] 243,90 suma cukrów prostych [g] 59,10
	LUXMED Cukrzykowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Twarożek 80,00 g (MLE) Połędwica z piersi indy czej 30,00 g Ogórek kiszony 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa z ciecierzycy 400,00 ml (SEL, STR) Miruna saute z pieca 100,00 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60,00 g Kasza bulgur 180,00 g (GLU) Szpinak jogurtowy 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszanej i białej b/c 70,00 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Mandarynka 1,00 szt Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczy piorkiem 80,00 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30,00 g Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 213,60 Białko ogółem [g] 109,10 Tłuszcz [g] 93,40 Węglowodany ogółem [g] 271,80 Sód [mg] 3 682,80 Potas [mg] 4 637,00 Wapń [mg] 729,30 Fosfor [mg] 1 831,80 Magnez [mg] 483,70 Żelazo [mg] 18,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 937,90 Witamina D [ug] 3,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,80 Błonnik pokarmowy [g] 41,30 Witamina C [mg] 206,60 suma cukrów prostych [g] 26,20
	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) Połędwica z piersi indy czej 30,00 g Pomidor 70,00 g Sałata lodowa 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Jogurt naturalny 1,00 szt (MLE)	Zupa jarzy nowa 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 Szpinak jogurtowy 80,00 g (MLE, GLU) Surówka z kalarepy i marchewki 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Banan 1,00 szt 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 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 431,50 Białko ogółem [g] 107,90 Tłuszcz [g] 80,60 Węglowodany ogółem [g] 343,70 Sód [mg] 3 274,80 Potas [mg] 6 156,00 Wapń [mg] 690,70 Fosfor [mg] 1 627,10 Magnez [mg] 455,70 Żelazo [mg] 15,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 367,10 Witamina D [ug] 4,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,50 Błonnik pokarmowy [g] 30,20 Witamina C [mg] 282,70 suma cukrów prostych [g] 58,40

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-02-10 sobota	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 Kapusta pekińska 30,00 g Bułka wrocławska 30,00 g (GLU) Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami 180,00 g (MLE, GLU) Ryż paraboliczny 180,00 g Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pomarańcza 1,00 szt Pieczywo razowe 40,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Szynka na kartki 30,00 g Paszтет domowy wypiek własny 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g Chleb pszenno-żytni 40,00 g (GLU) Bułka wrocławska 40,00 g (GLU)	Energia [kcal] 2 449,10 Białko ogółem [g] 106,50 Tłuszcz [g] 95,60 Węglowodany ogółem [g] 331,20 Sód [mg] 3 197,20 Potas [mg] 4 645,60 Wapń [mg] 753,40 Fosfor [mg] 1 798,80 Magnez [mg] 440,30 Żelazo [mg] 14,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 696,90 Witamina D [ug] 1,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,80 Błonnik pokarmowy [g] 41,50 Witamina C [mg] 263,20 suma cukrów prostych [g] 41,40
	LUXMED Cukrzykowa -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) Kapusta pekińska 30,00 g Rzodkiewka 70,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140,00 g (GLU) Ryż brązowy 180,00 g Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pomarańcza 1,00 szt Szynka na kartki 30,00 g Paszтет domowy wypiek własny 80,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Pieczywo razowe 120,00 g (GLU) Masło 20,00 g (MLE) Herbata 1,00 szt	Energia [kcal] 2 461,50 Białko ogółem [g] 111,40 Tłuszcz [g] 108,70 Węglowodany ogółem [g] 308,30 Sód [mg] 2 892,50 Potas [mg] 4 713,50 Wapń [mg] 710,50 Fosfor [mg] 1 978,10 Magnez [mg] 480,40 Żelazo [mg] 16,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 236,40 Witamina D [ug] 3,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,10 Błonnik pokarmowy [g] 47,30 Witamina C [mg] 259,10 suma cukrów prostych [g] 32,70
	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 lodowa 30,00 g Kawa mleczna b/c. 250,00 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400,00 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami 180,00 g (MLE, GLU) Ryż paraboliczny 180,00 g Brokuły 80,00 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70,00 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250,00 ml	Pomarańcza 1,00 szt 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 wypiek własny 50,00 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70,00 g Sałata 30,00 g Herbata 1,00 szt Cukier 5,00 g	Energia [kcal] 2 494,90 Białko ogółem [g] 107,90 Tłuszcz [g] 96,40 Węglowodany ogółem [g] 332,50 Sód [mg] 3 170,00 Potas [mg] 4 510,10 Wapń [mg] 718,90 Fosfor [mg] 1 709,00 Magnez [mg] 409,80 Żelazo [mg] 13,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 810,60 Witamina D [ug] 1,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,10 Błonnik pokarmowy [g] 35,40 Witamina C [mg] 255,60 suma cukrów prostych [g] 40,90

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>