

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-03-01 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (MWP) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (SEL) Makaron zapiekany z serem 300 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 80 g Surówka z marchwi i ananasa 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 536,5 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 363,2 Sód [mg] 2 796,3 Potas [mg] 4 077,7 Wapń [mg] 788,2 Fosfor [mg] 1 690 Magnez [mg] 336 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 988,7 Witamina D [ug] 4,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Witamina C [mg] 270,3 suma cukrów prostych [g] 93,5
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (SEL) Ser biały obiad b/c 120 g (MLE) Makaron razowy 180 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem b/c 70 g (MLE) Mus truskawkowy bez cukru 80 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 217,8 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 2 563,3 Potas [mg] 4 069,4 Wapń [mg] 783,7 Fosfor [mg] 1 790,1 Magnez [mg] 389,1 Żelazo [mg] 15 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 018,7 Witamina D [ug] 4,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Witamina C [mg] 266 suma cukrów prostych [g] 37,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (MWP) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (SEL) Makaron zapiekany z serem 300 g (MLE, JAJ) Mus truskawkowy 80 g Surówka z marchwi i ananasa 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 589 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 364,9 Sód [mg] 2 766,2 Potas [mg] 3 926,7 Wapń [mg] 752,9 Fosfor [mg] 1 588,4 Magnez [mg] 301,5 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 103,4 Witamina D [ug] 4,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,4 Błonnik pokarmowy [g] 26 Witamina C [mg] 262,7 suma cukrów prostych [g] 93

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-02 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kalarepy 400 ml (MLE, GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 361 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sód [mg] 2 586,1 Potas [mg] 5 247,3 Wapń [mg] 602,8 Fosfor [mg] 1 750,4 Magnez [mg] 411,9 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 995,6 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Witamina C [mg] 185,5 suma cukrów prostych [g] 62,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kalarepy 400 ml (MLE, GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g Sałata 55 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 132,2 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Sód [mg] 2 599,7 Potas [mg] 4 738,4 Wapń [mg] 605,6 Fosfor [mg] 1 919,9 Magnez [mg] 406,3 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 109,2 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Witamina C [mg] 190,3 suma cukrów prostych [g] 28,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kalarepy lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 393,1 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Sód [mg] 2 554,9 Potas [mg] 5 212,1 Wapń [mg] 577,6 Fosfor [mg] 1 644,1 Magnez [mg] 378 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 040,5 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Witamina C [mg] 195,7 suma cukrów prostych [g] 61,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-03 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 483,9 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Sód [mg] 3 649,4 Potas [mg] 5 032,8 Wapń [mg] 743,3 Fosfor [mg] 1 775,1 Magnez [mg] 383,7 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 939,2 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Witamina C [mg] 261,1 suma cukrów prostych [g] 36,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Twarożek z jabłkiem b/c 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Surówka z dyni b/c 70 g (MLE, JAJ) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 312,9 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 114,9 Węglowodany ogółem [g] 257 Sód [mg] 3 594,8 Potas [mg] 4 104,4 Wapń [mg] 756,7 Fosfor [mg] 1 907,4 Magnez [mg] 402,1 Żelazo [mg] 15,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 972,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 41 Witamina C [mg] 219,9 suma cukrów prostych [g] 26,4
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem lekkostrawna 400 ml (SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 493,1 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Sód [mg] 3 415,4 Potas [mg] 4 889 Wapń [mg] 709,6 Fosfor [mg] 1 668,7 Magnez [mg] 345,2 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 043,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Witamina C [mg] 256,3 suma cukrów prostych [g] 35,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-04 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (MLE, GLU) Marchewka z groszkiem 80 g (GLU, STR) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 436,1 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 290,7 Sód [mg] 2 953,6 Potas [mg] 5 646,5 Wapń [mg] 827,3 Fosfor [mg] 1 944,5 Magnez [mg] 453 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 101,9 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Witamina C [mg] 302,8 suma cukrów prostych [g] 43,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Makaron razowy 180 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej b/c 70 g Puree z pietruszki 80 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 464 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 113,9 Węglowodany ogółem [g] 289,3 Sód [mg] 2 991,1 Potas [mg] 4 648,7 Wapń [mg] 788,4 Fosfor [mg] 1 975,5 Magnez [mg] 460,2 Żelazo [mg] 15,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 034,5 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Witamina C [mg] 294,7 suma cukrów prostych [g] 31,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (MLE, GLU) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g	Energia [kcal] 2 343,9 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 290,6 Sód [mg] 2 698,5 Potas [mg] 5 619,5 Wapń [mg] 733,9 Fosfor [mg] 1 783 Magnez [mg] 396,8 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 827 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Witamina C [mg] 315 suma cukrów prostych [g] 44,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-05 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalafor 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta z tuńczyka 80 g (JAJ, RYB, STR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 539,2 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Sód [mg] 3 368,5 Potas [mg] 4 492,3 Wapń [mg] 651 Fosfor [mg] 1 736,7 Magnez [mg] 367,9 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 185,4 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Witamina C [mg] 238,2 suma cukrów prostych [g] 39,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (GLU, MWP) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalafor 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta z tuńczyka lekka (ryż brązowy) 80 g (JAJ, SEL, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 347,7 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 305 Sód [mg] 3 282,4 Potas [mg] 4 778,6 Wapń [mg] 669,8 Fosfor [mg] 1 950 Magnez [mg] 447,6 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 261,2 Witamina D [ug] 3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,1 Witamina C [mg] 227,7 suma cukrów prostych [g] 32,9
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami lekka 400 ml (SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalafor 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pasta z tuńczyka lekka 80 g (JAJ, SEL, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 460,1 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 300 Sód [mg] 3 311,6 Potas [mg] 4 398,4 Wapń [mg] 618,6 Fosfor [mg] 1 561,2 Magnez [mg] 311,3 Żelazo [mg] 12,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 881,4 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Witamina C [mg] 213 suma cukrów prostych [g] 40,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-06 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80 g (MLE, S02) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Pyzy 330 g Cebula zasmażana 30 g Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kaliafior) 80 g (GLU) Surówka żydowska 70 g Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Melon 150 g Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka z serem feta i ananasem 150 g (MLE, JAJ) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 587,1 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Sód [mg] 3 430,8 Potas [mg] 7 074 Wapń [mg] 897,2 Fosfor [mg] 1 795,4 Magnez [mg] 479,8 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 301,4 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Witamina C [mg] 350,7 suma cukrów prostych [g] 43,5
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 70 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80 g (MLE, S02) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ryż brązowy 180 g Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kaliafior) 80 g (GLU) Surówka żydowska b/c (kapusta, marchew, papryka, ogórki) 100 g Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Kiwi 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka makaronowa z szynką lekka (makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, JAJ, MWP) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 356,3 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 307,2 Sód [mg] 3 474,7 Potas [mg] 4 571,4 Wapń [mg] 669,9 Fosfor [mg] 1 856,5 Magnez [mg] 485,3 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 154,9 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 42 Witamina C [mg] 334,7 suma cukrów prostych [g] 22,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarózek 80 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczanka 400 ml (GLU, SEL) Pyzy 330 g Surówka z selera 70 g (MLE, SEL) Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kaliafior) 80 g (GLU) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Melon 150 g Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 400,8 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 342,5 Sód [mg] 2 757,9 Potas [mg] 6 871,2 Wapń [mg] 633,1 Fosfor [mg] 1 582 Magnez [mg] 425 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 539,2 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Witamina C [mg] 216 suma cukrów prostych [g] 39,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-07 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino 400 ml (MLE, SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos selerowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180 g Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 289,7 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Sód [mg] 2 912,4 Potas [mg] 5 779,7 Wapń [mg] 915,4 Fosfor [mg] 1 914,2 Magnez [mg] 429,6 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 180,9 Witamina D [ug] 1,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Witamina C [mg] 164,4 suma cukrów prostych [g] 47,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino 400 ml (MLE, SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza gryczana 180 g Kalafor 80 g (MLE, GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 106,9 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 271,4 Sód [mg] 2 652 Potas [mg] 4 708 Wapń [mg] 902,2 Fosfor [mg] 2 133,3 Magnez [mg] 535 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 132,5 Witamina D [ug] 0,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Witamina C [mg] 156,8 suma cukrów prostych [g] 26,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino lekka 400 ml (SEL, STR) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos selerowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy b/c 15 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 330,4 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 319,8 Sód [mg] 2 633,5 Potas [mg] 5 760,4 Wapń [mg] 670,5 Fosfor [mg] 1 776,4 Magnez [mg] 386,7 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 307,6 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Witamina C [mg] 175,8 suma cukrów prostych [g] 52,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-08 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Południca z piersi indyczej 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z ciecierzycy 400 ml (SEL, STR) Miruna saute z pieca 100 g (GLU, RYB) Sos porowo-śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszonej i białej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 588,1 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 356,8 Sód [mg] 3 558,1 Potas [mg] 6 167,3 Wapń [mg] 702,3 Fosfor [mg] 1 755,9 Magnez [mg] 519,8 Żelazo [mg] 17,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 900,5 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Witamina C [mg] 235,4 suma cukrów prostych [g] 59,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Południca z piersi indyczej 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z ciecierzycy 400 ml (SEL, STR) Miruna saute z pieca 100 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60 g Kasza bulgur 180 g (GLU) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszonej i białej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 213,6 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 271,8 Sód [mg] 3 682,8 Potas [mg] 4 637 Wapń [mg] 729,3 Fosfor [mg] 1 831,8 Magnez [mg] 483,7 Żelazo [mg] 18,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 937,9 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Witamina C [mg] 206,6 suma cukrów prostych [g] 26,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Południca z piersi indyczej 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Miruna saute z pieca 100 g (GLU, RYB) Sos z pomidorów i cukinii lekki 60 g Ziemniaki 180 g Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 431,5 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Sód [mg] 3 274,8 Potas [mg] 6 156 Wapń [mg] 690,7 Fosfor [mg] 1 627,1 Magnez [mg] 455,7 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 367,1 Witamina D [ug] 4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Witamina C [mg] 282,7 suma cukrów prostych [g] 58,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-09 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Pieczywo razowe 20 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser biały 80 g (MLE) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak brokułowy lekki (filet). 180 g (MLE) Ryż paraboliczny 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU)	Energia [kcal] 2 384,7 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Sód [mg] 3 212,7 Potas [mg] 4 508 Wapń [mg] 734,5 Fosfor [mg] 1 786,2 Magnez [mg] 437,4 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 814,5 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Witamina C [mg] 254 suma cukrów prostych [g] 39,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser biały 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Szynka na kartki 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 303,4 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 97,6 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Sód [mg] 2 713,7 Potas [mg] 4 539,5 Wapń [mg] 721,5 Fosfor [mg] 1 885,4 Magnez [mg] 465,7 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 730 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,3 Błonnik pokarmowy [g] 47 Witamina C [mg] 232,8 suma cukrów prostych [g] 32,6
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak brokułowy lekki (filet). 180 g (MLE) Ryż paraboliczny 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 423,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 317,5 Sód [mg] 3 188,4 Potas [mg] 4 388 Wapń [mg] 701 Fosfor [mg] 1 708,1 Magnez [mg] 410,9 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 927,2 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Witamina C [mg] 246,4 suma cukrów prostych [g] 39,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-01 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-03-10 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza gryczana nieprażona 180 g Sałatka z buraka 70 g Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Sałatka ryżowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 653,4 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 121,4 Węglowodany ogółem [g] 313 Sód [mg] 3 584,5 Potas [mg] 4 600,3 Wapń [mg] 613,8 Fosfor [mg] 1 815,4 Magnez [mg] 482,1 Żelazo [mg] 17,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 703,6 Witamina D [ug] 3,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Witamina C [mg] 164,6 suma cukrów prostych [g] 41,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza gryczana nieprażona 180 g Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Surówka z pomidora z koperkim b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Sałatka ryżowa z szynką lekka (ryż brązowy) 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 410,7 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 286,8 Sód [mg] 3 492 Potas [mg] 4 799,9 Wapń [mg] 606,6 Fosfor [mg] 2 007,2 Magnez [mg] 538,9 Żelazo [mg] 18,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 565,5 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Witamina C [mg] 181,2 suma cukrów prostych [g] 25,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Sałatka ryżowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 655,1 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 118,9 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sód [mg] 3 196,8 Potas [mg] 4 421,4 Wapń [mg] 563,8 Fosfor [mg] 1 553 Magnez [mg] 344,4 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 817,9 Witamina D [ug] 3,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Witamina C [mg] 170,9 suma cukrów prostych [g] 40,3

P. Dussmann

ul. Westerplatte 1/11, 05-091, Ząbki

Oznaczenia alergenów:

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