

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-04-11 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser biały 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Gołąbki po hiszpańsku 100 g (JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka z ogórka kiszzonego i jabłka 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 263 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Sód [mg] 3 272,1 Potas [mg] 5 108,1 Wapń [mg] 726,6 Fosfor [mg] 1 647,1 Magnez [mg] 407,4 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 240,4 Witamina D [ug] 4,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Witamina C [mg] 263 suma cukrów prostych [g] 41,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser biały 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Gołąbki po hiszpańsku 100 g (JAJ, MWP) Kasza pęczak 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka z ogórka kiszzonego i jabłka b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 068,1 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 283,4 Sód [mg] 3 148,2 Potas [mg] 4 025,8 Wapń [mg] 734,2 Fosfor [mg] 1 747,5 Magnez [mg] 419,6 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 162,7 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Witamina C [mg] 217,2 suma cukrów prostych [g] 30,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser biały 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Pulpet wieprzowy z warzywami 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Polędwica drobiowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 282,2 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sód [mg] 2 799,3 Potas [mg] 4 115 Wapń [mg] 708,2 Fosfor [mg] 1 588,9 Magnez [mg] 343,7 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 669,7 Witamina D [ug] 4,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Witamina C [mg] 225,1 suma cukrów prostych [g] 43,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-12 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Jajko 1 szt (JAJ) Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Sos paprykowy 60 g Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka lekka 80 g (SEL) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 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) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni 150 g (MLE, SEL, GOR) Kapusta pekińska 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 521,4 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 347,1 Sód [mg] 3 315,4 Potas [mg] 5 590,2 Wapń [mg] 764,9 Fosfor [mg] 1 771,5 Magnez [mg] 453,9 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 048,2 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Witamina C [mg] 286,8 suma cukrów prostych [g] 35,1
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Szynek z fileta 30 g (GLU) Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Pomidory zapiekane 80 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni(makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Kapusta pekińska 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 294,7 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Sód [mg] 2 769,2 Potas [mg] 4 447,6 Wapń [mg] 756,3 Fosfor [mg] 1 907,1 Magnez [mg] 497,9 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 408,6 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Witamina C [mg] 221,4 suma cukrów prostych [g] 23,6
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Jajko 1 szt (JAJ) Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka lekka 80 g (SEL) Sałatka z pomidora 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 314,6 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Sód [mg] 3 552,9 Potas [mg] 5 410,6 Wapń [mg] 580 Fosfor [mg] 1 588,1 Magnez [mg] 395,8 Żelazo [mg] 12,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 974,8 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Witamina C [mg] 238,5 suma cukrów prostych [g] 33,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-13 sobota	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) Szynka na kartki 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z dyni 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony z brzoskwinia 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 391,6 Białko ogółem [g] 129,6 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Sód [mg] 3 147,1 Potas [mg] 5 181,5 Wapń [mg] 630,5 Fosfor [mg] 1 826,9 Magnez [mg] 453,2 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 358 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 30 Witamina C [mg] 144,4 suma cukrów prostych [g] 63
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z dyni 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka soule 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Brokuły 80 g (GLU) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 224 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 274,6 Sód [mg] 3 003,2 Potas [mg] 4 404,2 Wapń [mg] 646,7 Fosfor [mg] 1 854,8 Magnez [mg] 423,6 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 335,9 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Witamina C [mg] 139,4 suma cukrów prostych [g] 28,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z dyni lekkostrawna 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony z brzoskwinia 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły puree 80 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 426 Białko ogółem [g] 130,7 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 315 Sód [mg] 2 607,7 Potas [mg] 5 185,5 Wapń [mg] 607,5 Fosfor [mg] 1 715,5 Magnez [mg] 394,4 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 438,5 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Witamina C [mg] 160,8 suma cukrów prostych [g] 62,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-14 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Kalafior 80 g (MLE, GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 303,7 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Sód [mg] 2 932,4 Potas [mg] 4 005,1 Wapń [mg] 587,3 Fosfor [mg] 1 562,5 Magnez [mg] 348,3 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 318 Witamina D [ug] 5,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Witamina C [mg] 162,8 suma cukrów prostych [g] 35,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Kalafior 80 g (MLE, GLU) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (MLE)	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Sałata lodowa 30 g Ogórek 70 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 137,8 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 272 Sód [mg] 2 932,6 Potas [mg] 4 123,3 Wapń [mg] 595,6 Fosfor [mg] 1 728,5 Magnez [mg] 404,9 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 243,3 Witamina D [ug] 5,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Witamina C [mg] 158,8 suma cukrów prostych [g] 29,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kalafior puree 80 g Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 318,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 284,2 Sód [mg] 2 853,3 Potas [mg] 3 806,4 Wapń [mg] 551,1 Fosfor [mg] 1 425,7 Magnez [mg] 303,8 Żelazo [mg] 12,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 370,3 Witamina D [ug] 6,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Witamina C [mg] 124,7 suma cukrów prostych [g] 34,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-15 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ze świeżych ogórków 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Kapusta biała z pomidorami 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 626,8 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 343,5 Sód [mg] 2 731,6 Potas [mg] 5 278 Wapń [mg] 713,4 Fosfor [mg] 1 680,2 Magnez [mg] 395,8 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 557,3 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Witamina C [mg] 309,7 suma cukrów prostych [g] 37,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek z jabłkiem b/c 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata 1 szt Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ze świeżych ogórków 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza gryczana 180 g Kapusta biała z pomidorami 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 451,8 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sód [mg] 2 656,1 Potas [mg] 4 449,8 Wapń [mg] 733,2 Fosfor [mg] 1 966,3 Magnez [mg] 513,6 Żelazo [mg] 15 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 539,5 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 43 Witamina C [mg] 267,7 suma cukrów prostych [g] 24,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 760,8 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 371,3 Sód [mg] 2 626,6 Potas [mg] 5 788,3 Wapń [mg] 640,7 Fosfor [mg] 1 611,1 Magnez [mg] 417,6 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 362,3 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Witamina C [mg] 183,2 suma cukrów prostych [g] 60,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-16 wtorek	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) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka po toskańsku 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty z groszkiem 70 g (MLE, JAJ, STR) Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	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 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 701,4 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 132,2 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Sód [mg] 3 701,4 Potas [mg] 4 899,6 Wapń [mg] 980,3 Fosfor [mg] 1 809,8 Magnez [mg] 424,9 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 116 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 29 Witamina C [mg] 249,8 suma cukrów prostych [g] 37,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka po toskańsku 100 g (MLE, GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty z groszkiem b/c 70 g (MLE, JAJ, STR) Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 542,6 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 134 Węglowodany ogółem [g] 258 Sód [mg] 3 632,4 Potas [mg] 3 926,7 Wapń [mg] 998,5 Fosfor [mg] 1 909,7 Magnez [mg] 436,8 Żelazo [mg] 16,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 115,2 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Witamina C [mg] 207,7 suma cukrów prostych [g] 29,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Twarożek waniliowy 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) Udziec z kurczaka po toskańsku 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 713,9 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 122,9 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 3 294,6 Potas [mg] 5 086,7 Wapń [mg] 777,9 Fosfor [mg] 1 692,9 Magnez [mg] 387,2 Żelazo [mg] 15,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 578 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Witamina C [mg] 277,9 suma cukrów prostych [g] 46

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-17 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kapuśniak 400 ml (MWP, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza gryczana 180 g Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Sałata z pomidorami z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU)	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 Smarowidło z szynki 80 g (JAJ, MWP, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 547,5 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 115,5 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Sód [mg] 2 935,7 Potas [mg] 5 132,1 Wapń [mg] 654,9 Fosfor [mg] 1 835,4 Magnez [mg] 488,4 Żelazo [mg] 15 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 867,9 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Witamina C [mg] 294,8 suma cukrów prostych [g] 43,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kapuśniak 400 ml (MWP, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza gryczana 180 g Sałata z pomidorami z jogurtem b/c 70 g (MLE) Puree z pietruszki 80 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Smarowidło z szynki 80 g (JAJ, MWP, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 440,8 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Sód [mg] 3 073,4 Potas [mg] 4 868,8 Wapń [mg] 625,2 Fosfor [mg] 2 085,6 Magnez [mg] 529,5 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 443,7 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Witamina C [mg] 304,6 suma cukrów prostych [g] 31,9
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z cukinii lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza kuskus 180 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Sałata z pomidorami z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU)	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 440,7 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 110,1 Węglowodany ogółem [g] 264,8 Sód [mg] 2 374,2 Potas [mg] 4 825,1 Wapń [mg] 647 Fosfor [mg] 1 490,1 Magnez [mg] 335,7 Żelazo [mg] 12,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 670,4 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Witamina C [mg] 206,6 suma cukrów prostych [g] 43,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-18 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, GLU, MWP, SEL, STR) Risotto 300 g (MWP, SEL, STR) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z pora, dyni i kukurydzy b/c 70 g (JAJ) 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) Pasta twarogowa z tuńczykiem lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 704,6 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 118,7 Węglowodany ogółem [g] 329 Sód [mg] 3 950,3 Potas [mg] 4 997,4 Wapń [mg] 749,7 Fosfor [mg] 1 767,6 Magnez [mg] 517,9 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 016,1 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Witamina C [mg] 232,6 suma cukrów prostych [g] 57,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, GLU, MWP, SEL, STR) Risotto (ryż brązowy) lekkie 300 g (MWP, SEL) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z pora, dyni i kukurydzy b/c 70 g (JAJ) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pasta twarogowa z tuńczykiem lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 434,8 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 118,1 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Sód [mg] 3 990,8 Potas [mg] 4 854,5 Wapń [mg] 802 Fosfor [mg] 1 975,7 Magnez [mg] 530,6 Żelazo [mg] 16,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 826 Witamina D [ug] 3,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 Witamina C [mg] 266,5 suma cukrów prostych [g] 30,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Risotto lekkostrawne 300 g (MWP, SEL) Surówka z dyni i cukinii lekka b/c 70 g (MLE, JAJ) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowa z tuńczykiem lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 599,6 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Sód [mg] 3 172,6 Potas [mg] 4 878,7 Wapń [mg] 738 Fosfor [mg] 1 636,4 Magnez [mg] 447,3 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 268,1 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Witamina C [mg] 252 suma cukrów prostych [g] 55,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-19 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 20 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka wieprzowa 80% 30 g Herbata 1 szt Sałata 30 g Pomidor 70 g Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, SEL, STR) Knedle 300 g Mus jogurtowo- truskawkowy 80 g (MLE) Surówka z selera z rodzynką 120 g (MLE, SEL) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, OWŁ) Szynkowa z fileta 30 g (GLU) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 725,5 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 391,8 Sód [mg] 3 317,3 Potas [mg] 4 963,4 Wapń [mg] 835,4 Fosfor [mg] 1 649,3 Magnez [mg] 401 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 295,6 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Witamina C [mg] 172,1 suma cukrów prostych [g] 69,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szynka wieprzowa 80% 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, SEL, STR) Miruna saute z pieca 100 g (GLU, RYB) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 70 g Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, OWŁ) Szynkowa z fileta 30 g (GLU) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 274,3 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 287 Sód [mg] 3 087,6 Potas [mg] 4 760,1 Wapń [mg] 728,5 Fosfor [mg] 1 804,6 Magnez [mg] 441,4 Żelazo [mg] 17,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 329,9 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Witamina C [mg] 149,4 suma cukrów prostych [g] 29,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szynka wieprzowa 80% 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Cukier 5 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (SEL) Knedle 300 g Mus jogurtowo- truskawkowy 80 g (MLE) Surówka z selera z rodzynką 120 g (MLE, SEL) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa z fileta 30 g (GLU) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 575,3 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 374,3 Sód [mg] 3 183,5 Potas [mg] 4 580,2 Wapń [mg] 787,9 Fosfor [mg] 1 482,4 Magnez [mg] 339,7 Żelazo [mg] 14 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 346,9 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Witamina C [mg] 174,3 suma cukrów prostych [g] 74,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-20 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa z ryżem 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalańior 80 g (MLE, GLU) 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 na kartki 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 604,3 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 124,6 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Sód [mg] 3 871,1 Potas [mg] 4 743 Wapń [mg] 892,9 Fosfor [mg] 1 741 Magnez [mg] 378,9 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 917,1 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Witamina C [mg] 284,5 suma cukrów prostych [g] 38,3
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa z ryżem 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalańior 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 427,4 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 126,2 Węglowodany ogółem [g] 264,9 Sód [mg] 3 793,5 Potas [mg] 3 796,9 Wapń [mg] 906,2 Fosfor [mg] 1 866,9 Magnez [mg] 396,2 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 898,1 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Witamina C [mg] 242,5 suma cukrów prostych [g] 30,6
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa z ryżem lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalańior puree 80 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	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) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 636,2 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 120,9 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 3 526,4 Potas [mg] 4 595,2 Wapń [mg] 655,6 Fosfor [mg] 1 595,3 Magnez [mg] 330,3 Żelazo [mg] 12,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 901,8 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Witamina C [mg] 246,4 suma cukrów prostych [g] 47,5

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,