Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-06-01 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***) Risotto lekkostrawne 300 g (***MWP, SEL***) Kalafior 80 g (***MLE, GLU***) 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 Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (***MWP***) 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] 2 488,9** **Białko ogółem [g] 108,4** **Tłuszcz [g] 108,6** **Węglowodany ogółem [g] 308,1** **Sód [mg] 3 163,3** **Potas [mg] 4 617,2** **Wapń [mg] 705,4** **Fosfor [mg] 1 698,4** **Magnez [mg] 413,9** **Żelazo [mg] 14,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 474,2** **Witamina D [ug] 2,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,4** **Błonnik pokarmowy [g] 39** **Witamina C [mg] 287,8** **suma cukrów prostych [g] 40,2**
	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***) Risotto (ryż brązowy) lekkie 300 g (***MWP, SEL***) Kalafior 80 g (***MLE, GLU***) 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 Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (***MWP***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 374,8** **Białko ogółem [g] 106** **Tłuszcz [g] 107** **Węglowodany ogółem [g] 297,6** **Sód [mg] 3 217,2** **Potas [mg] 4 949,8** **Wapń [mg] 738,9** **Fosfor [mg] 1 889,3** **Magnez [mg] 477,7** **Żelazo [mg] 16,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 293,1** **Witamina D [ug] 2,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,9** **Błonnik pokarmowy [g] 49** **Witamina C [mg] 304,3** **suma cukrów prostych [g] 34,8**
	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***) Risotto lekkostrawne 300 g (***MWP, SEL***) Kalafior puree 80 g 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 Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (***MWP***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 510,1** **Białko ogółem [g] 107,4** **Tłuszcz [g] 111,3** **Węglowodany ogółem [g] 300,3** **Sód [mg] 3 091,1** **Potas [mg] 4 333,8** **Wapń [mg] 661** **Fosfor [mg] 1 589,7** **Magnez [mg] 376,9** **Żelazo [mg] 12,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 594,2** **Witamina D [ug] 2,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,6** **Witamina C [mg] 231,9** **suma cukrów prostych [g] 39,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-02 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 z fileta 30 g (***GLU***) 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 jęczmienna 180 g (***GLU***) Sałatka z buraka 70 g Dynia 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***) Kiełbasa krakowska 30 g (***MWP***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 550,3** **Białko ogółem [g] 105,8** **Tłuszcz [g] 118,1** **Węglowodany ogółem [g] 296,4** **Sód [mg] 3 090,1** **Potas [mg] 4 198,9** **Wapń [mg] 636,6** **Fosfor [mg] 1 606,2** **Magnez [mg] 352,1** **Żelazo [mg] 15,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 424,5** **Witamina D [ug] 3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3** **Błonnik pokarmowy [g] 33,6** **Witamina C [mg] 161,7** **suma cukrów prostych [g] 40,9**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) 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 jęczmienna 180 g (***GLU***) Dynia 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***) Kiełbasa krakowska 30 g (***MWP***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 307,6** **Białko ogółem [g] 101** **Tłuszcz [g] 109,7** **Węglowodany ogółem [g] 270,7** **Sód [mg] 3 006,6** **Potas [mg] 4 386** **Wapń [mg] 627,7** **Fosfor [mg] 1 794,1** **Magnez [mg] 408** **Żelazo [mg] 16,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 489,3** **Witamina D [ug] 2,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,2** **Błonnik pokarmowy [g] 42,5** **Witamina C [mg] 170,7** **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 z fileta 30 g (***GLU***) 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 Dynia 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***) Kiełbasa krakowska 30 g (***MWP***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 583** **Białko ogółem [g] 107,2** **Tłuszcz [g] 117,4** **Węglowodany ogółem [g] 298** **Sód [mg] 2 704,8** **Potas [mg] 4 134,9** **Wapń [mg] 590,4** **Fosfor [mg] 1 497,7** **Magnez [mg] 314,6** **Żelazo [mg] 14,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 548,5** **Witamina D [ug] 3,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,6** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5** **Witamina C [mg] 168** **suma cukrów prostych [g] 40,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-03 poniedziałek	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 Twarożek z jabłkiem 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa krupnik 400 ml (***GLU, SEL***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (***GLU***) Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy 20 g (***MLE***) Kompot wiśniowy b/c 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***) Zielonogórska 30 g Pasta z sera żółtego 80 g (***MLE, JAJ***) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 739** **Białko ogółem [g] 109** **Tłuszcz [g] 101,7** **Węglowodany ogółem [g] 375,7** **Sód [mg] 3 288,8** **Potas [mg] 5 860,4** **Wapń [mg] 890** **Fosfor [mg] 1 864,8** **Magnez [mg] 463,6** **Żelazo [mg] 14,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 853,9** **Witamina D [ug] 2,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **Witamina C [mg] 284,1** **suma cukrów prostych [g] 59,6**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Schab na kartki 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 krupnik 400 ml (***GLU, SEL***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Makaron razowy 180 g (***GLU***) Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy b/c 20 g (***MLE***) Fasolka szparagowa 80 g (***MLE, GLU, STR***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Nektarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 30 g Pasta z sera żółtego 80 g (***MLE, JAJ***) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 605,2** **Białko ogółem [g] 108,7** **Tłuszcz [g] 114** **Węglowodany ogółem [g] 324,2** **Sód [mg] 3 128,9** **Potas [mg] 4 355,2** **Wapń [mg] 933,6** **Fosfor [mg] 1 988,3** **Magnez [mg] 429,1** **Żelazo [mg] 15,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 788,1** **Witamina D [ug] 2,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,6** **Błonnik pokarmowy [g] 39,1** **Witamina C [mg] 253,2** **suma cukrów prostych [g] 33,9**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Schab na kartki 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa krupnik 400 ml (***GLU, SEL***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki 180 g Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy 20 g (***MLE***) Marchewka gotowana 80 g (***GLU***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 30 g Pasta z zielonego groszku i sera lekka 80 g (***MLE, JAJ, STR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 699,3** **Białko ogółem [g] 105,9** **Tłuszcz [g] 92,9** **Węglowodany ogółem [g] 383,4** **Sód [mg] 3 021,8** **Potas [mg] 5 708,7** **Wapń [mg] 647,9** **Fosfor [mg] 1 624,9** **Magnez [mg] 425** **Żelazo [mg] 13,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 307,1** **Witamina D [ug] 1,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29,9** **Witamina C [mg] 159,4** **suma cukrów prostych [g] 61,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-04 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU***) Pieczywo razowe 35 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Łopatka z pietruszką 30 g (***GLU, MWP***) Twarożek pietruszkowy 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz czerwony 400 ml (***MLE, SEL***) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (***GLU***) Kasza kuskus 180 g (***GLU***) Mieszanka europejska (brokuł, marchew żółta, marchew pomarańczowa, groszek) 80 g Surówka z selera i marchewki 70 g (***MLE, SEL***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Truskawki 150 g 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 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (***JAJ, GOR***) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 134,6** **Białko ogółem [g] 113,4** **Tłuszcz [g] 81,1** **Węglowodany ogółem [g] 265,5** **Sód [mg] 2 663,6** **Potas [mg] 4 601,2** **Wapń [mg] 677,1** **Fosfor [mg] 1 741,4** **Magnez [mg] 350,1** **Żelazo [mg] 14,5** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 853** **Witamina D [ug] 2,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37** **Błonnik pokarmowy [g] 33,3** **Witamina C [mg] 238,6** **suma cukrów prostych [g] 49,1**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Łopatka z pietruszką 30 g (***GLU, MWP***) Twarożek pietruszkowy 80 g (***MLE***) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz czerwony 400 ml (***MLE, SEL***) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (***GLU***) Kasza bulgur 180 g (***GLU***) Surówka z selera i marchewki b/c 70 g (***MLE, SEL***) Brokuły 80 g (***GLU***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Truskawki 150 g Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (***JAJ, GOR***) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 145,1** **Białko ogółem [g] 119,5** **Tłuszcz [g] 76,6** **Węglowodany ogółem [g] 282,7** **Sód [mg] 2 806,7** **Potas [mg] 5 022,9** **Wapń [mg] 715,7** **Fosfor [mg] 2 064,4** **Magnez [mg] 448,6** **Żelazo [mg] 17,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 678,3** **Witamina D [ug] 2,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9** **Błonnik pokarmowy [g] 44,1** **Witamina C [mg] 273,8** **suma cukrów prostych [g] 35,8**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Łopatka z pietruszką 30 g (***GLU, MWP***) Twarożek pietruszkowy 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (***SEL***) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (***GLU***) Kasza kuskus 180 g (***GLU***) Mieszanka europejska (brokuł, marchew żółta, marchew pomarańczowa, groszek) 80 g Surówka z selera i marchewki 70 g (***MLE, SEL***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Truskawki 150 g Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (***MLE, JAJ***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 143** **Białko ogółem [g] 115,2** **Tłuszcz [g] 77,6** **Węglowodany ogółem [g] 268** **Sód [mg] 2 599,8** **Potas [mg] 4 602,9** **Wapń [mg] 669,2** **Fosfor [mg] 1 651,6** **Magnez [mg] 318,8** **Żelazo [mg] 13,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 905,7** **Witamina D [ug] 2,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3** **Witamina C [mg] 251,6** **suma cukrów prostych [g] 48,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-05 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***MLE, RYB***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa jarzynowa 400 ml (***MLE, SEL, STR***) Naleśniki dietetyczne z serem 2 szt (***MLE, GLU, JAJ***) Mus truskawkowy 80 g Surówka z pietruszki z brzoskwinią 120 g (***MLE***) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Arbuz 150 g 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***) Sałatka z ananasem 150 g (***MLE, JAJ***) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 307,5** **Białko ogółem [g] 98,8** **Tłuszcz [g] 85,3** **Węglowodany ogółem [g] 313,6** **Sód [mg] 2 798** **Potas [mg] 4 140,9** **Wapń [mg] 975,6** **Fosfor [mg] 1 681,5** **Magnez [mg] 336,3** **Żelazo [mg] 12,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 498,4** **Witamina D [ug] 4,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,8** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1** **Witamina C [mg] 266,5** **suma cukrów prostych [g] 87,5**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***MLE, RYB***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa jarzynowa 400 ml (***MLE, SEL, STR***) Makaron razowy 180 g (***GLU***) Ser biały obiad b/c 100 g (***MLE***) Mus truskawkowy bez cukru 80 g Surówka z pietruszki z pomarańczą b/c 120 g (***MLE***) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g (***MWP***) Sałatka trójkolorowa z mięsem pieczonym lekka 150 g (***MLE, JAJ, MWP, SEL***) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 336,3** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 97,1** **Węglowodany ogółem [g] 307,6** **Sód [mg] 2 712,7** **Potas [mg] 4 761,5** **Wapń [mg] 841,7** **Fosfor [mg] 1 890,2** **Magnez [mg] 422,9** **Żelazo [mg] 15,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 620,9** **Witamina D [ug] 4,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,3** **Błonnik pokarmowy [g] 47,7** **Witamina C [mg] 287,3** **suma cukrów prostych [g] 43,9**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***MLE, RYB***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (***SEL***) Naleśniki dietetyczne z serem 2 szt (***MLE, GLU, JAJ***) Mus truskawkowy 80 g Surówka z pietruszki z brzoskwinią 120 g (***MLE***) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Arbuz 150 g Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g (***MWP***) Sałatka trójkolorowa z mięsem pieczonym lekka 150 g (***MLE, JAJ, MWP, SEL***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 397,6** **Białko ogółem [g] 102,7** **Tłuszcz [g] 91,5** **Węglowodany ogółem [g] 312,4** **Sód [mg] 2 602,6** **Potas [mg] 4 392,2** **Wapń [mg] 775,2** **Fosfor [mg] 1 552,9** **Magnez [mg] 305,6** **Żelazo [mg] 12,3** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 884,8** **Witamina D [ug] 4,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,4** **Witamina C [mg] 267,1** **suma cukrów prostych [g] 84,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-06 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 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 z cukinii 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Sos szpinakowo drobiowy. 180 g (***MLE, GLU***) Makaron 180 g (***GLU***) Fasolka szparagowa 80 g (***MLE, GLU, STR***) Surówka z ogórka kiszonego 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***) Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, MWP, SEL***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	**Energia [kcal] 2 467,6** **Białko ogółem [g] 112** **Tłuszcz [g] 100,3** **Węglowodany ogółem [g] 299,9** **Sód [mg] 2 770,2** **Potas [mg] 4 367,6** **Wapń [mg] 687** **Fosfor [mg] 1 680,5** **Magnez [mg] 396,5** **Żelazo [mg] 13,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 312,3** **Witamina D [ug] 1,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Witamina C [mg] 142,9** **suma cukrów prostych [g] 38**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 30 g Ser biały 80 g (***MLE***) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa z cukinii 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU, JAJ, MWP***) Kasza jęczmienna 180 g (***GLU***) Fasolka szparagowa 80 g (***MLE, GLU, STR***) Surówka z ogórka kiszonego i jabłka b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, MWP, SEL***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	**Energia [kcal] 2 205,4** **Białko ogółem [g] 89,7** **Tłuszcz [g] 97,4** **Węglowodany ogółem [g] 279,8** **Sód [mg] 2 836,1** **Potas [mg] 3 979,2** **Wapń [mg] 632,1** **Fosfor [mg] 1 667,9** **Magnez [mg] 407,6** **Żelazo [mg] 14,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 748,9** **Witamina D [ug] 1,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,1** **Błonnik pokarmowy [g] 38,8** **Witamina C [mg] 182,7** **suma cukrów prostych [g] 28,8**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 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 z cukinii lekkostrawna 400 ml (***GLU, SEL***) Sos szpinakowo drobiowy b/ml. 180 g Makaron 180 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***) Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, MWP, SEL***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	**Energia [kcal] 2 451,7** **Białko ogółem [g] 112,1** **Tłuszcz [g] 95,9** **Węglowodany ogółem [g] 305,4** **Sód [mg] 2 674,4** **Potas [mg] 4 510,4** **Wapń [mg] 638,3** **Fosfor [mg] 1 591,3** **Magnez [mg] 375,7** **Żelazo [mg] 13,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 669,4** **Witamina D [ug] 1,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **Witamina C [mg] 158,7** **suma cukrów prostych [g] 39,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-07 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Jajko 1 szt (***JAJ***) Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały 400 ml (***MLE, GLU, SEL, S02***) Mintaj soute z pieca 100 g (***GLU***) Sos paprykowy 60 g Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka lekka 80 g (***SEL***) Surówka z kapusty kiszonej 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 Morele 150 g	**Energia [kcal] 2 514** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 102,9** **Węglowodany ogółem [g] 337,6** **Sód [mg] 3 309,7** **Potas [mg] 5 876,4** **Wapń [mg] 790,3** **Fosfor [mg] 1 760,6** **Magnez [mg] 452,1** **Żelazo [mg] 14,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 455,8** **Witamina D [ug] 1,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,1** **Błonnik pokarmowy [g] 38,6** **Witamina C [mg] 298,5** **suma cukrów prostych [g] 40,8**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Jajko 1 szt (***JAJ***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały 400 ml (***MLE, GLU, SEL, S02***) Mintaj soute z pieca 100 g (***GLU***) Ryż brązowy 180 g Pomidory zapiekane 80 g Surówka z kapusty kiszonej 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 Morele 150 g	**Energia [kcal] 2 287,2** **Białko ogółem [g] 86,9** **Tłuszcz [g] 99,4** **Węglowodany ogółem [g] 306,1** **Sód [mg] 2 763,5** **Potas [mg] 4 733,8** **Wapń [mg] 781,7** **Fosfor [mg] 1 896,2** **Magnez [mg] 496,1** **Żelazo [mg] 15,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 816,2** **Witamina D [ug] 1,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,5** **Błonnik pokarmowy [g] 46,2** **Witamina C [mg] 233,2** **suma cukrów prostych [g] 29,3**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Jajko 1 szt (***JAJ***) Kawa mleczna b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały lekkostrawny 400 ml (***GLU, SEL, S02***) Mintaj soute 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 Morele 150 g	**Energia [kcal] 2 341,6** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 85,4** **Węglowodany ogółem [g] 322,2** **Sód [mg] 3 896,5** **Potas [mg] 5 714,5** **Wapń [mg] 592,7** **Fosfor [mg] 1 580,5** **Magnez [mg] 394,4** **Żelazo [mg] 13,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 362,1** **Witamina D [ug] 2,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29,8** **Witamina C [mg] 233,6** **suma cukrów prostych [g] 35,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-08 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 koperkowa 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Filet z kurczaka pieczony z brzoskwinią 100 g (***GLU***) Kasza bulgur 180 g (***GLU***) Brokuły 80 g (***GLU***) Mizeria z jogurtem b/c 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***) Wędzonka krotoszyńska 30 g (***MWP***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	**Energia [kcal] 2 407,2** **Białko ogółem [g] 126,2** **Tłuszcz [g] 78,9** **Węglowodany ogółem [g] 317,3** **Sód [mg] 3 389,4** **Potas [mg] 4 969,1** **Wapń [mg] 860,6** **Fosfor [mg] 1 898,6** **Magnez [mg] 450,8** **Żelazo [mg] 11,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 456,4** **Witamina D [ug] 1,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,1** **Witamina C [mg] 146,2** **suma cukrów prostych [g] 56,3**
	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 koperkowa 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Filet z kurczaka soute 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***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	**Energia [kcal] 2 289,7** **Białko ogółem [g] 107,9** **Tłuszcz [g] 95,3** **Węglowodany ogółem [g] 283,4** **Sód [mg] 3 286,6** **Potas [mg] 4 340,5** **Wapń [mg] 869,8** **Fosfor [mg] 1 904,3** **Magnez [mg] 425,8** **Żelazo [mg] 13,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 413,6** **Witamina D [ug] 1,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,1** **Błonnik pokarmowy [g] 38,4** **Witamina C [mg] 143,6** **suma cukrów prostych [g] 26,8**
	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 koperkowa lekkostrawna 400 ml (***GLU, SEL***) Filet z kurczaka pieczony z brzoskwinią 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 50 g (***MWP***) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	**Energia [kcal] 2 453,7** **Białko ogółem [g] 122,1** **Tłuszcz [g] 76** **Węglowodany ogółem [g] 335,2** **Sód [mg] 2 752,5** **Potas [mg] 5 187,1** **Wapń [mg] 566,4** **Fosfor [mg] 1 641** **Magnez [mg] 392,3** **Żelazo [mg] 12,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 417,9** **Witamina D [ug] 1,4** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1** **Witamina C [mg] 168,4** **suma cukrów prostych [g] 71,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-09 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 Pasztet 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***) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (***MLE***) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Pasztet 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 Pasztet 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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-10 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Chleb razowy 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa ogórkowa 400 ml (***MLE, SEL***) Kotlet schabowy z pieca 100 g (***GLU, JAJ, MWP***) Ziemniaki 180 g Kapusta młoda duszona z koperkiem 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***) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g	**Energia [kcal] 2 586,7** **Białko ogółem [g] 109,9** **Tłuszcz [g] 105,2** **Węglowodany ogółem [g] 323,6** **Sód [mg] 3 069,5** **Potas [mg] 5 213,4** **Wapń [mg] 728,3** **Fosfor [mg] 1 727,3** **Magnez [mg] 401,4** **Żelazo [mg] 14,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 857,9** **Witamina D [ug] 1,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **Witamina C [mg] 382,9** **suma cukrów prostych [g] 34,6**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa ogórkowa 400 ml (***MLE, SEL***) Kotlet schabowy z pieca 100 g (***GLU, JAJ, MWP***) Kasza gryczana 180 g Kapusta młoda duszona z koperkiem 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***) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Truskawki 150 g	**Energia [kcal] 2 420** **Białko ogółem [g] 107,5** **Tłuszcz [g] 107,4** **Węglowodany ogółem [g] 291,1** **Sód [mg] 2 992,7** **Potas [mg] 4 382** **Wapń [mg] 745,5** **Fosfor [mg] 2 006,8** **Magnez [mg] 518,9** **Żelazo [mg] 15,9** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 838,9** **Witamina D [ug] 1,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5** **Błonnik pokarmowy [g] 42,1** **Witamina C [mg] 340,9** **suma cukrów prostych [g] 24,1**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa z fileta 30 g (***GLU***) Twarożek waniliowy 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa ryżanka 400 ml (***SEL***) Kotlet schabowy z pieca 100 g (***GLU, JAJ, MWP***) Ziemniaki 180 g Seler z pomidorami 80 g 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***) Zielonogórska 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g	**Energia [kcal] 2 614,5** **Białko ogółem [g] 107,5** **Tłuszcz [g] 101,1** **Węglowodany ogółem [g] 335,3** **Sód [mg] 2 966,8** **Potas [mg] 4 945,6** **Wapń [mg] 663,2** **Fosfor [mg] 1 594,5** **Magnez [mg] 347,3** **Żelazo [mg] 12,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 127,8** **Witamina D [ug] 2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,8** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **Witamina C [mg] 249** **suma cukrów prostych [g] 39,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

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,
MIĘ - Mięczaki,
SOJ - Soja,
STR - Rośliny strączkowe,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Ziarno sezamu,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
ŻYT - Żyto,
KAM - Kamut,