

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-05-21 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Ogórek 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Żurek 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka czerwony colesław 70 g (JAJ, GOR) Kompot truskawkowy b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 467,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Sód [mg] 2 815,4 Potas [mg] 5 719,6 Wapń [mg] 671,6 Fosfor [mg] 1 631,1 Magnez [mg] 413 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 979,9 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Witamina C [mg] 239,2 suma cukrów prostych [g] 50,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Ogórek 80 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt	Żurek 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ryz brązowy 180 g Surówka czerwony colesław b/c 70 g (JAJ, GOR) Puree z pietruszki 80 g (MLE) Kompot truskawkowy b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 322 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 285,4 Sód [mg] 2 855 Potas [mg] 4 280,1 Wapń [mg] 687 Fosfor [mg] 1 792,8 Magnez [mg] 465,2 Żelazo [mg] 15,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 301,3 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 Witamina C [mg] 219,8 suma cukrów prostych [g] 32,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa-dyniowa z zacierką lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g (MLE) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Kompot truskawkowy b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 426,6 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Sód [mg] 2 774 Potas [mg] 5 201,9 Wapń [mg] 696,9 Fosfor [mg] 1 536,7 Magnez [mg] 364,1 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 182,4 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 27 Witamina C [mg] 211,6 suma cukrów prostych [g] 56,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-22 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, OWŁ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa neapolitanka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Sos porowo-śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z rzodkwi 70 g (MLE) Seler z dynią i natką 80 g (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) Smarowidło z szynki 80 g (JAJ, MWP, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 411,8 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 303,1 Sód [mg] 3 749,9 Potas [mg] 4 571,7 Wapń [mg] 817,6 Fosfor [mg] 1 812,2 Magnez [mg] 384,1 Żelazo [mg] 11,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 861,7 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 34 Witamina C [mg] 164,4 suma cukrów prostych [g] 39,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, OWŁ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa neapolitanka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z rzodkwi b/c 70 g Seler z dynią i natką 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Smarowidło z szynki 80 g (JAJ, MWP, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 222,4 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 264,3 Sód [mg] 3 472,2 Potas [mg] 3 552 Wapń [mg] 815,5 Fosfor [mg] 1 893,4 Magnez [mg] 390,9 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 685,9 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Witamina C [mg] 121,3 suma cukrów prostych [g] 30,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek z oliwkami 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) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Sos szpinakowy b/ml 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Seler z dynią i natką 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 293,2 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Sód [mg] 3 059 Potas [mg] 5 371,8 Wapń [mg] 649,2 Fosfor [mg] 1 634,3 Magnez [mg] 380,4 Żelazo [mg] 12,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 920,5 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Witamina C [mg] 267,3 suma cukrów prostych [g] 38

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-23 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	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) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (GLU, MWP, SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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) Polędwica z piersi indyczej 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, SEL, STR, GOR) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 627,1 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 349,3 Sód [mg] 4 151 Potas [mg] 5 290,8 Wapń [mg] 824,7 Fosfor [mg] 1 687,8 Magnez [mg] 420,2 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 765,5 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 37 Witamina C [mg] 225,5 suma cukrów prostych [g] 35,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (GLU, MWP, SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalafior 80 g (MLE, GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, SEL, STR, GOR) Polędwica z piersi indyczej 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 464,9 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 110,3 Węglowodany ogółem [g] 320 Sód [mg] 4 074,1 Potas [mg] 4 337,8 Wapń [mg] 839,1 Fosfor [mg] 1 810 Magnez [mg] 439,8 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 746,5 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Witamina C [mg] 183,4 suma cukrów prostych [g] 24,6
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 80 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyczej 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 531,8 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 346,2 Sód [mg] 3 250,5 Potas [mg] 5 072,4 Wapń [mg] 572,9 Fosfor [mg] 1 572,5 Magnez [mg] 360,6 Żelazo [mg] 12,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 573,1 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Witamina C [mg] 176,4 suma cukrów prostych [g] 46,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-24 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, 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) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 535,5 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Sód [mg] 2 701,4 Potas [mg] 4 067,4 Wapń [mg] 812,3 Fosfor [mg] 1 758,7 Magnez [mg] 334,5 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 118,4 Witamina D [ug] 5,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Witamina C [mg] 267 suma cukrów prostych [g] 83,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, 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) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 264,7 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sód [mg] 2 616,8 Potas [mg] 4 078,3 Wapń [mg] 787,1 Fosfor [mg] 1 798,9 Magnez [mg] 387,7 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 018,7 Witamina D [ug] 4,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Witamina C [mg] 266 suma cukrów prostych [g] 37,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, 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) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 561 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Sód [mg] 2 683 Potas [mg] 3 978,4 Wapń [mg] 780,7 Fosfor [mg] 1 704,1 Magnez [mg] 315,9 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 229,1 Witamina D [ug] 5,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Witamina C [mg] 259,4 suma cukrów prostych [g] 83,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-25 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 na kartki 40 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) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) Sos pieczeniowy lekki 60 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 Szynekowa 80 % 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 523,4 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 114,4 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Sód [mg] 3 107,5 Potas [mg] 4 359,3 Wapń [mg] 613,2 Fosfor [mg] 1 635,4 Magnez [mg] 345 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 085,4 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Witamina C [mg] 217,5 suma cukrów prostych [g] 36,3
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 40 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) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Szynekowa 80 % 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 288,1 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 106,1 Węglowodany ogółem [g] 259,3 Sód [mg] 3 035,8 Potas [mg] 4 454,3 Wapń [mg] 634,6 Fosfor [mg] 1 842,9 Magnez [mg] 403,3 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 090,2 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Witamina C [mg] 215,1 suma cukrów prostych [g] 21,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 40 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) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pieczeniowy lekki 60 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 Szynekowa 80 % 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 555,6 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 288 Sód [mg] 3 076,2 Potas [mg] 4 324,1 Wapń [mg] 587,9 Fosfor [mg] 1 529,2 Magnez [mg] 311,1 Żelazo [mg] 12,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 130,3 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Witamina C [mg] 227,7 suma cukrów prostych [g] 35,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-26 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)	Rosół 400 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140 g Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Sos koperkowy 60 g (GLU)	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 Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 440,7 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 297,5 Sód [mg] 2 852,6 Potas [mg] 4 943,4 Wapń [mg] 679,1 Fosfor [mg] 1 782,4 Magnez [mg] 366,8 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 677,8 Witamina D [ug] 5,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Witamina C [mg] 224,3 suma cukrów prostych [g] 41,6
	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)	Rosół 400 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140 g Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) 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 Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 229 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 266 Sód [mg] 2 577,4 Potas [mg] 3 934,4 Wapń [mg] 685,3 Fosfor [mg] 1 904,3 Magnez [mg] 382,1 Żelazo [mg] 16,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 552,3 Witamina D [ug] 5,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 Witamina C [mg] 174,6 suma cukrów prostych [g] 31,3
	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)	Rosół 400 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany (udziec) 140 g Ziemniaki 180 g Brokuły puree 80 g (GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Sos koperkowy 60 g (GLU)	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 Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 464 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 294,8 Sód [mg] 2 751,9 Potas [mg] 4 814,6 Wapń [mg] 655,8 Fosfor [mg] 1 676,4 Magnez [mg] 328,9 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 818,1 Witamina D [ug] 5,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Witamina C [mg] 222 suma cukrów prostych [g] 41,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-27 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 minestrone 400 ml (GLU, SEL, STR) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (MLE, GLU) Marchewka z groszkiem 80 g (GLU, STR) Surówka z kapusty pekińskiej i sałaty lodowej 70 g (MLE, GOR) 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) Sałata brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 472,6 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 307,3 Sód [mg] 2 921,9 Potas [mg] 5 885,5 Wapń [mg] 863,2 Fosfor [mg] 1 979,7 Magnez [mg] 473,7 Żelazo [mg] 14,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 420 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Witamina C [mg] 277,4 suma cukrów prostych [g] 44,6
	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 minestrone 400 ml (GLU, SEL, STR) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Makaron razowy 180 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej i sałaty lodowej b/c 70 g (MLE, GOR) 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) Sałata brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 500,5 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 110,6 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Sód [mg] 2 959,4 Potas [mg] 4 887,7 Wapń [mg] 824,4 Fosfor [mg] 2 010,8 Magnez [mg] 480,9 Żelazo [mg] 16,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 352,6 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,7 Błonnik pokarmowy [g] 46 Witamina C [mg] 269,3 suma cukrów prostych [g] 32,4
	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 grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (MLE, GLU) Marchewka z groszkiem 80 g (GLU, STR) Pomidory z jogurtem i koperkiem 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) Sałata brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g	Energia [kcal] 2 385,1 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 299,5 Sód [mg] 2 573 Potas [mg] 5 523,9 Wapń [mg] 710,6 Fosfor [mg] 1 768 Magnez [mg] 395,6 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 209,8 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Witamina C [mg] 252,7 suma cukrów prostych [g] 42

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-28 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalafor 80 g (MLE, GLU) Surówka z selera z rodzynką 70 g (MLE, SEL) 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] 2 530 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sód [mg] 3 360,4 Potas [mg] 4 720,2 Wapń [mg] 696 Fosfor [mg] 1 735,9 Magnez [mg] 379 Żelazo [mg] 14,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 209,9 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Witamina C [mg] 215,4 suma cukrów prostych [g] 48
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g (GLU, MWP) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalafor 80 g (MLE, GLU) Surówka z selera b/c 70 g (MLE, SEL) 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] 2 322,1 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Sód [mg] 3 275,1 Potas [mg] 4 981,3 Wapń [mg] 703,4 Fosfor [mg] 1 939,4 Magnez [mg] 457,3 Żelazo [mg] 16,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 297,8 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Witamina C [mg] 208,8 suma cukrów prostych [g] 41,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Botwina lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g (GLU, MWP) Sos pieczeniowy lekki 60 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z selera z rodzynką 70 g (MLE, SEL) Kalafor puree 80 g 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 Paprykarz z tuńczyka lekki 80 g (RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 386,9 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Sód [mg] 3 566,9 Potas [mg] 4 445 Wapń [mg] 648,8 Fosfor [mg] 1 468,6 Magnez [mg] 307,1 Żelazo [mg] 12,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 599,7 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Witamina C [mg] 163,6 suma cukrów prostych [g] 43,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-29 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) Kartacze 300 g (JAJ, MWP) Cebula zasmażana 30 g Jarzynka meksykańska 80 g 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] 2 544,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 332,3 Sód [mg] 4 093,7 Potas [mg] 6 128 Wapń [mg] 889,4 Fosfor [mg] 1 765,9 Magnez [mg] 453,9 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 247,2 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Witamina C [mg] 313,3 suma cukrów prostych [g] 43,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 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) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Jarzynka meksykańska 80 g 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] 2 269,4 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Sód [mg] 3 483,8 Potas [mg] 4 987,2 Wapń [mg] 658,6 Fosfor [mg] 2 068,6 Magnez [mg] 510,3 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 128 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Witamina C [mg] 323,3 suma cukrów prostych [g] 24,9
	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) Kartacze 300 g (JAJ, MWP) Surówka z selera 70 g (MLE, SEL) Brokuły puree 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] 2 380,3 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Sód [mg] 3 433,6 Potas [mg] 6 159,2 Wapń [mg] 655,9 Fosfor [mg] 1 595,9 Magnez [mg] 412,6 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 597,4 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Witamina C [mg] 217,6 suma cukrów prostych [g] 40,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-30 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 soute 100 g (GLU) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) 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] 2 455,1 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Sód [mg] 2 805,6 Potas [mg] 4 378,6 Wapń [mg] 914,9 Fosfor [mg] 1 725,7 Magnez [mg] 364,4 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 292,6 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Witamina C [mg] 119,9 suma cukrów prostych [g] 46,5
	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 soute 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Seler z pomidorami 80 g 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] 2 265,7 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 276,7 Sód [mg] 3 033,7 Potas [mg] 4 465,3 Wapń [mg] 915,8 Fosfor [mg] 1 862,7 Magnez [mg] 420,3 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 180,3 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Witamina C [mg] 116,5 suma cukrów prostych [g] 26,8
	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 soute 100 g (GLU) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) 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] 2 495,8 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 315,4 Sód [mg] 2 526,7 Potas [mg] 4 359,3 Wapń [mg] 670 Fosfor [mg] 1 588 Magnez [mg] 321,6 Żelazo [mg] 12,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 419,3 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Witamina C [mg] 131,2 suma cukrów prostych [g] 51,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-05-31 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 z pomidorów i cukinii lekki 60 g 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] 2 573,6 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 356,4 Sód [mg] 3 753,2 Potas [mg] 6 327,9 Wapń [mg] 700,4 Fosfor [mg] 1 761,5 Magnez [mg] 530,8 Żelazo [mg] 17,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 943,4 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Witamina C [mg] 243,9 suma cukrów prostych [g] 59,1
	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 jęczmienna 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] 2 195,3 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 276,9 Sód [mg] 3 674,1 Potas [mg] 4 663,8 Wapń [mg] 724,5 Fosfor [mg] 1 857,8 Magnez [mg] 489,2 Żelazo [mg] 18 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 919,6 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 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] 2 431,4 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Sód [mg] 3 274,7 Potas [mg] 6 155,1 Wapń [mg] 690,5 Fosfor [mg] 1 627 Magnez [mg] 455,6 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 366,3 Witamina D [ug] 4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Witamina C [mg] 282,6 suma cukrów prostych [g] 58,4

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,