

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-06-11 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynekowa 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) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty z groszkiem 70 g (MLE, JAJ, STR) Buraczki gotowane 80 g (MLE, 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) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 451 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 322,4 Sód [mg] 3 189,5 Potas [mg] 5 132,9 Wapń [mg] 859,1 Fosfor [mg] 1 622,2 Magnez [mg] 418,8 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 411,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Witamina C [mg] 151,1 suma cukrów prostych [g] 60
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynekowa 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) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) 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) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Brzoskwinia 1 szt	Energia [kcal] 2 135,6 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 247,8 Sód [mg] 3 312,8 Potas [mg] 3 508,7 Wapń [mg] 870,5 Fosfor [mg] 1 731,8 Magnez [mg] 373,8 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 729,3 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Witamina C [mg] 91,5 suma cukrów prostych [g] 29,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynekowa 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) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 463,5 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 337,2 Sód [mg] 2 782,8 Potas [mg] 5 320,1 Wapń [mg] 656,7 Fosfor [mg] 1 505,3 Magnez [mg] 381 Żelazo [mg] 14 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 873,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Witamina C [mg] 179,2 suma cukrów prostych [g] 68,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-12 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Chleb razowy 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 zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza gryczana nieprażona 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Sałata z pomidorami z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 489,9 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 105,1 Węglowodany ogółem [g] 294,4 Sód [mg] 2 456,3 Potas [mg] 4 509,6 Wapń [mg] 642,7 Fosfor [mg] 1 879,2 Magnez [mg] 449,4 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 696,6 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Witamina C [mg] 300,2 suma cukrów prostych [g] 37
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Chleb razowy 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 zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza gryczana nieprażona 180 g Sałata z pomidorami z jogurtem b/c 70 g (MLE) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 379,6 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Sód [mg] 2 405,7 Potas [mg] 4 654,9 Wapń [mg] 643,3 Fosfor [mg] 2 078,4 Magnez [mg] 519,5 Żelazo [mg] 15,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 570,2 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Witamina C [mg] 283,4 suma cukrów prostych [g] 27,5
	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 zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Sałata z pomidorami z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	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 Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 446,8 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 108,3 Węglowodany ogółem [g] 270,6 Sód [mg] 2 427,1 Potas [mg] 4 146,4 Wapń [mg] 612,4 Fosfor [mg] 1 519,2 Magnez [mg] 291,8 Żelazo [mg] 11,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 380,5 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Witamina C [mg] 194,7 suma cukrów prostych [g] 36,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-13 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL, STR) Makaron 180 g (GLU) Ser biały obiad 100 g (MLE) Mus truskawkowy 80 g Surówka z selera z rodzynką 120 g (MLE, SEL) 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 z tuńczyka z pomidorami 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 Morele 150 g	Energia [kcal] 2 456,9 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 331 Sód [mg] 3 010,1 Potas [mg] 4 338,7 Wapń [mg] 784,8 Fosfor [mg] 1 675,5 Magnez [mg] 367,4 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 618 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Witamina C [mg] 203 suma cukrów prostych [g] 66,5
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL, STR) Makaron razowy z warzywami i mięsem 350 g (GLU, MWP) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z selera b/c 70 g (MLE, SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pasta z tuńczyka z pomidorami 80 g (MLE, JAJ, RYB) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Morele 150 g	Energia [kcal] 2 324 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sód [mg] 3 514,4 Potas [mg] 5 128,8 Wapń [mg] 765,4 Fosfor [mg] 1 888,5 Magnez [mg] 489,6 Żelazo [mg] 18,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 375,5 Witamina D [ug] 4,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Witamina C [mg] 225,6 suma cukrów prostych [g] 33
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Makaron 180 g (GLU) Ser biały obiad 100 g (MLE) Mus truskawkowy 80 g Surówka z selera z rodzynką 120 g (MLE, SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z tuńczyka z pomidorami 80 g (MLE, JAJ, RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Morele 150 g	Energia [kcal] 2 506,7 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Sód [mg] 2 495,3 Potas [mg] 4 379,8 Wapń [mg] 741,2 Fosfor [mg] 1 579,1 Magnez [mg] 310,8 Żelazo [mg] 12,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 653,7 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Witamina C [mg] 207,7 suma cukrów prostych [g] 65,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-14 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)	Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Ziemniaki 180 g Sos podhalański 60 g (MLE, SEL) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g 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 Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Sód [mg] 3 099,4 Potas [mg] 5 592,9 Wapń [mg] 788,4 Fosfor [mg] 1 822,4 Magnez [mg] 469,4 Żelazo [mg] 17,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 140,2 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Witamina C [mg] 306,6 suma cukrów prostych [g] 45,4
	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)	Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Miruna saute z pieca 100 g (GLU, RYB) Ryż brązowy 180 g Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) 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 Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 262,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 286,8 Sód [mg] 2 916,4 Potas [mg] 4 559,8 Wapń [mg] 793,4 Fosfor [mg] 1 823,9 Magnez [mg] 501,6 Żelazo [mg] 18,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 914,3 Witamina D [ug] 3,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,4 Witamina C [mg] 260,6 suma cukrów prostych [g] 29,6
	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)	Botwina lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Mintaj soule z pieca 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z dyni i cukinii lekka b/c 70 g (MLE, JAJ) 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 Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 326,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 309,2 Sód [mg] 3 552,5 Potas [mg] 5 393,2 Wapń [mg] 742,5 Fosfor [mg] 1 717,1 Magnez [mg] 434,6 Żelazo [mg] 16 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 041,3 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Witamina C [mg] 284 suma cukrów prostych [g] 37,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-15 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 pieczony (udziec) 140 g (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 Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 488,1 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 316,2 Sód [mg] 3 190,4 Potas [mg] 5 103,6 Wapń [mg] 806,3 Fosfor [mg] 1 621,9 Magnez [mg] 409,2 Żelazo [mg] 13,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 832 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Witamina C [mg] 209,2 suma cukrów prostych [g] 54,7
	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 pieczony (udziec) 140 g (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] 2 181,4 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 105,1 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Sód [mg] 3 116 Potas [mg] 3 617,8 Wapń [mg] 865,8 Fosfor [mg] 1 745,1 Magnez [mg] 375,5 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 829,6 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 51,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Witamina C [mg] 235,6 suma cukrów prostych [g] 29,6
	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 pieczony (udziec) 140 g (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 Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 520 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Sód [mg] 2 845,8 Potas [mg] 4 955,7 Wapń [mg] 568,9 Fosfor [mg] 1 476,1 Magnez [mg] 360,6 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 816,7 Witamina D [ug] 3,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Witamina C [mg] 171,1 suma cukrów prostych [g] 63,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-16 niedziela	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) 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 kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Udziec z indyka pieczony z morelami 100 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem 70 g (MLE) Brokuły 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) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Sałatka ryżowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 211,1 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 292,4 Sód [mg] 3 156,5 Potas [mg] 4 567,6 Wapń [mg] 629,2 Fosfor [mg] 1 736,5 Magnez [mg] 354,5 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 030,2 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Witamina C [mg] 279,7 suma cukrów prostych [g] 40
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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 Sałatka ryżowa z szynką lekka (ryż brązowy) 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 010,2 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Sód [mg] 2 829,2 Potas [mg] 4 511,3 Wapń [mg] 636,4 Fosfor [mg] 1 854,3 Magnez [mg] 409,6 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 422,4 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Witamina C [mg] 281,5 suma cukrów prostych [g] 28,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Udziec z indyka pieczony z morelami 100 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem 70 g (MLE) Brokuły puree 80 g (GLU) 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 Sałatka ryżowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 236,9 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 287,7 Sód [mg] 3 104,8 Potas [mg] 4 395,8 Wapń [mg] 597,5 Fosfor [mg] 1 633,9 Magnez [mg] 315 Żelazo [mg] 11,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 677,2 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Witamina C [mg] 177,2 suma cukrów prostych [g] 39,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-17 poniedziałek	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 biały 80 g (MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Gulasz w pomidorach lekkostrawny 200 g (GLU, MWP) Kasza gryczana 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) Mizéria z jogurtem b/c 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) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek miętowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Brzoskwinia 1 szt	Energia [kcal] 2 332,8 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sód [mg] 2 663,6 Potas [mg] 4 351,9 Wapń [mg] 736,1 Fosfor [mg] 1 840,4 Magnez [mg] 447,6 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 812,5 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Witamina C [mg] 171,2 suma cukrów prostych [g] 39,1
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (MWP) Kasza gryczana 180 g Mizéria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek miętowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Brzoskwinia 1 szt	Energia [kcal] 2 156,1 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 270,9 Sód [mg] 2 966,6 Potas [mg] 4 698,6 Wapń [mg] 778 Fosfor [mg] 2 138,6 Magnez [mg] 525,4 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 278,2 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Witamina C [mg] 160,9 suma cukrów prostych [g] 34,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Gulasz w pomidorach lekkostrawny 180 g (GLU, MWP) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) Sałata 50 g Sos jogurtowy b/c 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek miętowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Brzoskwinia 1 szt	Energia [kcal] 2 311,2 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sód [mg] 2 225,4 Potas [mg] 4 031,3 Wapń [mg] 697,5 Fosfor [mg] 1 555,7 Magnez [mg] 306,6 Żelazo [mg] 11,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 987,8 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Witamina C [mg] 165,9 suma cukrów prostych [g] 38,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-18 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	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Stek górski siekany z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) 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] 2 586,8 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 112,7 Węglowodany ogółem [g] 319 Sód [mg] 2 826,9 Potas [mg] 5 607,3 Wapń [mg] 663,8 Fosfor [mg] 1 642,8 Magnez [mg] 415,5 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 850 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Witamina C [mg] 219,8 suma cukrów prostych [g] 49,4
	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	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Stek górski siekany z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ryż 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 Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 538,6 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 119 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Sód [mg] 2 925,3 Potas [mg] 4 364,4 Wapń [mg] 671,6 Fosfor [mg] 1 835,5 Magnez [mg] 466,3 Żelazo [mg] 16,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 303,8 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Witamina C [mg] 196,3 suma cukrów prostych [g] 32
	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 krupnik 400 ml (GLU, SEL) Kotlet mielony z indyka pieczony 100 g (GLU, JAJ) 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] 2 434,6 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Sód [mg] 2 731,9 Potas [mg] 5 770,8 Wapń [mg] 655,2 Fosfor [mg] 1 652,2 Magnez [mg] 395,4 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 714,7 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Witamina C [mg] 225,3 suma cukrów prostych [g] 52,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-19 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Jarzynka grecka 80 g (SEL) 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 kanapkowa z szynki 80 g (MLE, JAJ, MWP, STR, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 290 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sód [mg] 3 521,2 Potas [mg] 5 350 Wapń [mg] 674,1 Fosfor [mg] 1 699,4 Magnez [mg] 418 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 022,2 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Witamina C [mg] 331,9 suma cukrów prostych [g] 35,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z kalarepy i marchewki b/c 70 g (MLE) Seler z dynią i natką 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta kanapkowa z szynki 80 g (MLE, JAJ, MWP, STR, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 119,4 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 267,3 Sód [mg] 3 191,3 Potas [mg] 4 329,8 Wapń [mg] 708,7 Fosfor [mg] 1 812,9 Magnez [mg] 425,6 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 712,8 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Witamina C [mg] 286,6 suma cukrów prostych [g] 27,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Jarzynka grecka 80 g (SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z kurczakiem i warzywami lekka 80 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g	Energia [kcal] 2 366,6 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 307,6 Sód [mg] 3 670,6 Potas [mg] 5 369,2 Wapń [mg] 677,1 Fosfor [mg] 1 681,6 Magnez [mg] 389,6 Żelazo [mg] 12,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 112,9 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Witamina C [mg] 347,9 suma cukrów prostych [g] 34,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-06-20 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)	Barszcz biały 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalaflor 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 Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 531 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Sód [mg] 3 770 Potas [mg] 5 292,3 Wapń [mg] 779,7 Fosfor [mg] 1 669 Magnez [mg] 403,5 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 508,4 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Witamina C [mg] 219,7 suma cukrów prostych [g] 37
	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)	Barszcz biały 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza pęczak 180 g (GLU) Kalaflor 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 Brzoskwinia 1 szt	Energia [kcal] 2 353 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 311,5 Sód [mg] 3 695,3 Potas [mg] 4 333,6 Wapń [mg] 793,6 Fosfor [mg] 1 806 Magnez [mg] 430,4 Żelazo [mg] 15,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 548,5 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 Witamina C [mg] 158,2 suma cukrów prostych [g] 28,6
	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)	Barszcz biały lekkostrawny 400 ml (GLU, SEL, S02) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalaflor 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 Arbuz 200 g	Energia [kcal] 2 573,1 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 351 Sód [mg] 3 594,8 Potas [mg] 5 269,6 Wapń [mg] 565,1 Fosfor [mg] 1 554,6 Magnez [mg] 353,4 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 668,8 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Witamina C [mg] 184,9 suma cukrów prostych [g] 47

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,