

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-11-01 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)	Zupa z dyni 400 ml (MLE, SEL) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki 180 g Szpinak z suszonymi pomidorami 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 drobiowa 30 g Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 359,7 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 305 Sód [mg] 3 006,1 Potas [mg] 6 206,2 Wapń [mg] 773,3 Fosfor [mg] 1 757,9 Magnez [mg] 477,2 Żelazo [mg] 17 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 490,1 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Witamina C [mg] 245,4 suma cukrów prostych [g] 42,1
	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)	Zupa z dyni 400 ml (MLE, SEL) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, RYB) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Szpinak z suszonymi pomidorami 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 drobiowa 30 g Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 167,9 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 276 Sód [mg] 2 841,3 Potas [mg] 4 732,4 Wapń [mg] 765,6 Fosfor [mg] 1 835,4 Magnez [mg] 452,4 Żelazo [mg] 17,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 155,4 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Witamina C [mg] 178,6 suma cukrów prostych [g] 25,3
	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) Pyzdra szynkowa 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Cukier 5 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z dyni lekkostrawna 400 ml (SEL) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, RYB) Ziemniaki 180 g Szpinak z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, GLU) Surówka z cukinii 70 g (MLE) 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 drobiowa 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 242,8 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 302 Sód [mg] 2 821,1 Potas [mg] 6 016,6 Wapń [mg] 726,9 Fosfor [mg] 1 650,2 Magnez [mg] 440,1 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 772,8 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Witamina C [mg] 220,9 suma cukrów prostych [g] 40,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-02 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalań 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 Sałata jarzynowa z szynką 150 g (JAJ, MWP, SEL, STR, GOR) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 455,5 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Sód [mg] 4 300,4 Potas [mg] 4 548,4 Wapń [mg] 839,7 Fosfor [mg] 1 728,6 Magnez [mg] 424,4 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 015,6 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Witamina C [mg] 207,6 suma cukrów prostych [g] 39
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalań 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Sałata jarzynowa z szynką 150 g (JAJ, MWP, SEL, STR, GOR) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 317,1 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Sód [mg] 3 743,2 Potas [mg] 4 789,2 Wapń [mg] 853,1 Fosfor [mg] 1 909,8 Magnez [mg] 481,1 Żelazo [mg] 15,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 970,7 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Witamina C [mg] 207,6 suma cukrów prostych [g] 32,5
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa koperkowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kalań 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 Sałata jarzynowa z szynką lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ, MWP, SEL, STR) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 484,3 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Sód [mg] 3 785,7 Potas [mg] 4 514,8 Wapń [mg] 619,5 Fosfor [mg] 1 613,4 Magnez [mg] 372,7 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 166,9 Witamina D [ug] 4,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Witamina C [mg] 172,4 suma cukrów prostych [g] 48,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-03 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) 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) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza kuskus 180 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 394,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Sód [mg] 2 530,9 Potas [mg] 4 440,7 Wapń [mg] 592 Fosfor [mg] 1 413,2 Magnez [mg] 363,6 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 200,5 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,9 Błonnik pokarmowy [g] 30 Witamina C [mg] 284 suma cukrów prostych [g] 56,7
	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) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) 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) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет domowy wypiek własny 80 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Śliwki 150 g	Energia [kcal] 2 261,5 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 267,3 Sód [mg] 2 644,9 Potas [mg] 4 204,2 Wapń [mg] 631,2 Fosfor [mg] 1 703,5 Magnez [mg] 384,9 Żelazo [mg] 15,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 638,2 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Witamina C [mg] 269,7 suma cukrów prostych [g] 26,3
	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) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 420,4 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Sód [mg] 2 479,1 Potas [mg] 4 269 Wapń [mg] 560,2 Fosfor [mg] 1 310,6 Magnez [mg] 324,1 Żelazo [mg] 11,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 847,5 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Witamina C [mg] 181,6 suma cukrów prostych [g] 55,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-04 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Sos boloński 200 g (GLU, MWP, SEL) Makaron 180 g (GLU) Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 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) Zielonogórska 30 g Sałatka z serem feta i ananasem 150 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 120 g	Energia [kcal] 2 718,6 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 120,9 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Sód [mg] 3 165,1 Potas [mg] 4 408 Wapń [mg] 952,3 Fosfor [mg] 1 740,1 Magnez [mg] 366,1 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 713,3 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Witamina C [mg] 162,5 suma cukrów prostych [g] 35,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Makaron razowy 180 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Sałatka kalafiorowa lekka 150 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 310,9 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Sód [mg] 2 745 Potas [mg] 4 383 Wapń [mg] 716,9 Fosfor [mg] 1 719,9 Magnez [mg] 417,2 Żelazo [mg] 15,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 528,9 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Witamina C [mg] 211,6 suma cukrów prostych [g] 33,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (SEL) Sos boloński 180 g (GLU, MWP, SEL) Makaron 180 g (GLU) Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Sałatka kalafiorowa lekka 150 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 120 g	Energia [kcal] 2 562,9 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Sód [mg] 2 518,2 Potas [mg] 4 609,6 Wapń [mg] 720,5 Fosfor [mg] 1 440,1 Magnez [mg] 325,6 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 577,1 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Witamina C [mg] 238,8 suma cukrów prostych [g] 40,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-05 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Sos koperkowy 60 g (GLU) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) 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 150 g	Energia [kcal] 2 369,4 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 92,5 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Sód [mg] 3 394,6 Potas [mg] 4 259,1 Wapń [mg] 620,9 Fosfor [mg] 1 691,1 Magnez [mg] 409,5 Żelazo [mg] 11,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 470,7 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Witamina C [mg] 134,1 suma cukrów prostych [g] 44,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) 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 Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 288,5 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Sód [mg] 2 821,7 Potas [mg] 4 416,2 Wapń [mg] 680,5 Fosfor [mg] 1 910,8 Magnez [mg] 476,9 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 003,4 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Witamina C [mg] 230,7 suma cukrów prostych [g] 31,4
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Sos koperkowy 60 g (GLU) Surówka z pomidora z koperkiem 70 g 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) Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 405,5 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Sód [mg] 3 366,6 Potas [mg] 4 349,1 Wapń [mg] 578,4 Fosfor [mg] 1 589,6 Magnez [mg] 380,2 Żelazo [mg] 11,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 589,7 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 26 Witamina C [mg] 155,8 suma cukrów prostych [g] 42,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-06 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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g 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) 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 Śliwki 150 g	Energia [kcal] 2 330,6 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Sód [mg] 3 921,3 Potas [mg] 5 352,8 Wapń [mg] 640,3 Fosfor [mg] 1 697,9 Magnez [mg] 429,9 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 004,4 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Witamina C [mg] 214,2 suma cukrów prostych [g] 37,2
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) 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 Śliwki 150 g	Energia [kcal] 2 172 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Sód [mg] 3 852,3 Potas [mg] 4 379,9 Wapń [mg] 658,5 Fosfor [mg] 1 797,8 Magnez [mg] 441,7 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 003,7 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Witamina C [mg] 172,2 suma cukrów prostych [g] 29,5
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z selera i marchewki 70 g (MLE, SEL) 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 Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 389,9 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 322,6 Sód [mg] 3 793,4 Potas [mg] 5 500,9 Wapń [mg] 635,1 Fosfor [mg] 1 663 Magnez [mg] 397,9 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 521,9 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 Witamina C [mg] 212,3 suma cukrów prostych [g] 39,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-07 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa minestrone 400 ml (GLU, SEL, STR) Sznycel z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Carpaccio z buraczków 70 g (OWŁ) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 440,8 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Sód [mg] 3 672,1 Potas [mg] 5 105,1 Wapń [mg] 844,3 Fosfor [mg] 1 707,5 Magnez [mg] 432,4 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 182,2 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Witamina C [mg] 205,3 suma cukrów prostych [g] 40,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa minestrone 400 ml (GLU, SEL, STR) Sznycel 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 244,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Sód [mg] 3 775,4 Potas [mg] 4 015,6 Wapń [mg] 830,6 Fosfor [mg] 1 814,6 Magnez [mg] 438 Żelazo [mg] 14 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 235,5 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 39 Witamina C [mg] 167,6 suma cukrów prostych [g] 24
	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 minestrone lekkostrawne 400 ml (GLU, SEL) Sznycel z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 80 g Sałatka z buraka 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) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 520,4 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Sód [mg] 2 879,4 Potas [mg] 4 960,6 Wapń [mg] 608,3 Fosfor [mg] 1 547,7 Magnez [mg] 349,4 Żelazo [mg] 11,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 354,8 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Witamina C [mg] 169,9 suma cukrów prostych [g] 51,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-08 piątek	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 Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Pierogi z serem 240 g (MLE, GLU, JAJ) Sos truskawkowo-jogurtowy 80 ml (MLE) Surówka z marchwi i ananasa 100 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 462,3 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 329,6 Sód [mg] 3 134,7 Potas [mg] 3 769,9 Wapń [mg] 854,9 Fosfor [mg] 1 573,6 Magnez [mg] 309,4 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 598,5 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Witamina C [mg] 192,9 suma cukrów prostych [g] 71,3
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Makaron razowy 180 g (GLU) Ser biały obiad b/c 120 g (MLE) Sos truskawkowo-jogurtowy b/c 80 ml (MLE) Surówka z marchwi z jogurtem b/c 100 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jajko 1 szt (JAJ) Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 200,3 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 2 432,2 Potas [mg] 4 052,7 Wapń [mg] 887,7 Fosfor [mg] 1 783,9 Magnez [mg] 380,3 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 493 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Witamina C [mg] 191,7 suma cukrów prostych [g] 38,7
	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 Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa brokułowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Pierogi z serem 240 g (MLE, GLU, JAJ) Sos truskawkowo-jogurtowy 80 ml (MLE) Surówka z marchwi i ananasa 100 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jajko 1 szt (JAJ) Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 472,6 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Sód [mg] 3 109,6 Potas [mg] 3 689,9 Wapń [mg] 791,7 Fosfor [mg] 1 499,3 Magnez [mg] 281,1 Żelazo [mg] 12 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 688,7 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Witamina C [mg] 189,1 suma cukrów prostych [g] 74,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-09 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Ziemniaki 180 g Sos pomidorowy 60 g (GLU) Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU) 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 Pasta kalafiorowa 80 g (JAJ, STR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 689,2 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 358,1 Sód [mg] 2 727 Potas [mg] 6 160,1 Wapń [mg] 606,4 Fosfor [mg] 1 777,7 Magnez [mg] 467,7 Żelazo [mg] 15,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 160,7 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Witamina C [mg] 210,1 suma cukrów prostych [g] 61,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU) 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 Pasta kalafiorowa 80 g (JAJ, STR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Śliwki 150 g	Energia [kcal] 2 308,8 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 284,4 Sód [mg] 2 609,2 Potas [mg] 4 508,2 Wapń [mg] 637,4 Fosfor [mg] 1 911,8 Magnez [mg] 419,9 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 218,3 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,5 Błonnik pokarmowy [g] 42 Witamina C [mg] 153,7 suma cukrów prostych [g] 26,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU) 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 Pasta kalafiorowa lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 739,7 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Sód [mg] 2 677,2 Potas [mg] 6 200 Wapń [mg] 597,9 Fosfor [mg] 1 690,9 Magnez [mg] 433,3 Żelazo [mg] 14,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 236 Witamina D [ug] 2,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Witamina C [mg] 241,6 suma cukrów prostych [g] 60,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-10 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka z pietruszki i jabłka 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 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] 2 579,4 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 116,7 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Sód [mg] 3 791,5 Potas [mg] 5 124,1 Wapń [mg] 927,9 Fosfor [mg] 1 832,4 Magnez [mg] 390 Żelazo [mg] 15 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 552,5 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Witamina C [mg] 252,1 suma cukrów prostych [g] 37,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pyszka szynkowa 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ryż brązowy 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka z pietruszki i jabłka b/c 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 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] 2 459,9 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 285,3 Sód [mg] 3 719,9 Potas [mg] 4 171,7 Wapń [mg] 945,4 Fosfor [mg] 2 009,8 Magnez [mg] 456,2 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 452,1 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Witamina C [mg] 204,8 suma cukrów prostych [g] 30,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pyszka szynkowa 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z makaronem lekkostrawna 400 ml (SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły puree 80 g (GLU) Surówka z pietruszki i jabłka 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 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] 2 571,9 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 109,8 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Sód [mg] 3 418,8 Potas [mg] 4 999,9 Wapń [mg] 690,7 Fosfor [mg] 1 673,9 Magnez [mg] 345,8 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 601,6 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Witamina C [mg] 245 suma cukrów prostych [g] 42,6

P. Dussmann

ul. Westerplatte 1/11, 05-091, Ząbki

Oznaczenia alergenów:

- MLE* - *Białko mleka krowiego,*
- GLU* - *Gluten,*
- JAJ* - *Jaja kurze,*
- OZI* - *Orzechy ziemne,*
- OAR* - *Orzechy archaidowe,*
- ORZ* - *Orzechy ,*
- SEL* - *Seler,*
- S02* - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- RYB* - *Ryby,*
- SKO* - *Skorupiaki,*
- MIE* - *Mięczaki,*
- SOJ* - *Soja,*
- GOR* - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- SEZ* - *Ziarno sezamu,*
- ŁUB* - *Łubin i produkty pochodne,*