

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

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-11-11 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)	Barszcz czerwony 400 ml (MLE, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (MWP) Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka wielowarzywna 70 g (SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Melon 150 g 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) Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni 150 g (MLE, SEL, GOR) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 656,3 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 113,8 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Sód [mg] 3 246,2 Potas [mg] 5 323,2 Wapń [mg] 895,1 Fosfor [mg] 1 783,4 Magnez [mg] 427,5 Żelazo [mg] 16,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 728,8 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Witamina C [mg] 257,9 suma cukrów prostych [g] 49,4
	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)	Barszcz czerwony 400 ml (MLE, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (MWP) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna b/c 70 g (SEL) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni(makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 455,1 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Sód [mg] 3 218,3 Potas [mg] 5 034,1 Wapń [mg] 882,2 Fosfor [mg] 2 007,6 Magnez [mg] 473,9 Żelazo [mg] 17,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 349,7 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Witamina C [mg] 238 suma cukrów prostych [g] 38,1
	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)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g (MWP) Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Melon 150 g Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g (MWP) Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, JAJ, MWP) Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g	Energia [kcal] 2 502,5 Białko ogółem [g] 119,7 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Sód [mg] 3 328,7 Potas [mg] 5 184,3 Wapń [mg] 734,6 Fosfor [mg] 1 664,8 Magnez [mg] 380,7 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 901,4 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Witamina C [mg] 209,8 suma cukrów prostych [g] 49,7

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

2024-11-12 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	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) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Leczo. 200 g (GLU, MWP) Ryż paraboliczny 180 g Kalańior 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej 70 g 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 Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 582 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 116,5 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Sód [mg] 3 840,8 Potas [mg] 4 788 Wapń [mg] 642,9 Fosfor [mg] 1 706,3 Magnez [mg] 437,3 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 158,2 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 54,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Witamina C [mg] 277,6 suma cukrów prostych [g] 37,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Leczo. 200 g (GLU, MWP) Ryż brązowy 180 g Kalańior 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty czerwonej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 443,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 115,5 Węglowodany ogółem [g] 297 Sód [mg] 3 283,7 Potas [mg] 5 028,8 Wapń [mg] 656,4 Fosfor [mg] 1 887,5 Magnez [mg] 493,9 Żelazo [mg] 15,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 113,2 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Witamina C [mg] 277,6 suma cukrów prostych [g] 31,1
	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) 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 z zielonego groszku lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL, STR) Leczo łatwostrawne. 200 g (MWP) Ryż paraboliczny 180 g Surówka z selera 70 g (MLE, SEL) Kalańior 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 Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, MWP, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 604,3 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 113,8 Węglowodany ogółem [g] 320,9 Sód [mg] 3 364,5 Potas [mg] 4 953,5 Wapń [mg] 681,6 Fosfor [mg] 1 642,1 Magnez [mg] 405,9 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 095,2 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Witamina C [mg] 189,7 suma cukrów prostych [g] 41

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

2024-11-13 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) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kaszy kukurydzianej 400 ml (SEL) Pyzy 300 g Cebula zasmażana 30 g Jarzynka meksykańska 80 g Surówka colesław 70 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz z tuńczyka 80 g (RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 430,5 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 361,7 Sód [mg] 2 575,2 Potas [mg] 6 506,8 Wapń [mg] 565,8 Fosfor [mg] 1 494,3 Magnez [mg] 453,2 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 793,3 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 Witamina C [mg] 293,7 suma cukrów prostych [g] 56,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80 g (MLE, S02) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kaszy kukurydzianej 400 ml (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza orkiszowa 180 g Jarzynka meksykańska 80 g Surówka colesław b/c 70 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz z tuńczyk (ryż brązowy) lekki 80 g (RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 202,7 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 297,7 Sód [mg] 2 608,4 Potas [mg] 3 938,9 Wapń [mg] 619,4 Fosfor [mg] 1 610,8 Magnez [mg] 392,8 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 811,4 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Witamina C [mg] 307,5 suma cukrów prostych [g] 27,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarózek 80 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kaszy kukurydzianej 400 ml (SEL) Pyzy 300 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Brokuły puree 80 g (GLU) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz z tuńczyka lekki 80 g (RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 426,3 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 364,3 Sód [mg] 2 187 Potas [mg] 6 587,7 Wapń [mg] 563,9 Fosfor [mg] 1 449,4 Magnez [mg] 429,5 Żelazo [mg] 11,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 407,3 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Witamina C [mg] 197,6 suma cukrów prostych [g] 57,3

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

2024-11-14 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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino 400 ml (MLE, SEL, STR) Kurczak po węgiersku 140 g (MLE, GLU) 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) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 460,9 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 294,6 Sód [mg] 2 613,7 Potas [mg] 4 642,7 Wapń [mg] 949,4 Fosfor [mg] 1 801,9 Magnez [mg] 367 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 396,3 Witamina D [ug] 4,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Witamina C [mg] 157,8 suma cukrów prostych [g] 46,4
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino 400 ml (MLE, SEL, STR) Kurczak po węgiersku 140 g (MLE, GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Cukinia duszona z kabaczkim i dynią 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) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 316 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 269 Sód [mg] 2 857 Potas [mg] 4 869,8 Wapń [mg] 971,5 Fosfor [mg] 1 961,7 Magnez [mg] 439,4 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 584,5 Witamina D [ug] 4,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Witamina C [mg] 158,7 suma cukrów prostych [g] 27,4
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa solferino lekka 400 ml (SEL, STR) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy grecki 20 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 twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa wędzona 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 353,5 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Sód [mg] 2 761,1 Potas [mg] 4 314,3 Wapń [mg] 673,5 Fosfor [mg] 1 566,5 Magnez [mg] 310,1 Żelazo [mg] 13,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 437,3 Witamina D [ug] 5,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Witamina C [mg] 129,7 suma cukrów prostych [g] 51,1

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

2024-11-15 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 migdałowy 80 g (MLE, JAJ) Zielonogórska 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z soczewicy z pomidorami 400 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj soute z pieca 100 g (GLU) Sos porowo-śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszonej i białej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Ziemniaki 180 g	Mandarynka 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] 2 397 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Sód [mg] 3 750,3 Potas [mg] 5 352,8 Wapń [mg] 730,9 Fosfor [mg] 1 840,9 Magnez [mg] 487,4 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 868,2 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Witamina C [mg] 236,5 suma cukrów prostych [g] 41,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek migdałowy 80 g (MLE, JAJ) Zielonogórska 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z soczewicy z pomidorami 400 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj soute z pieca 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) 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] 2 174,2 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Sód [mg] 3 518,1 Potas [mg] 4 497,3 Wapń [mg] 737,2 Fosfor [mg] 1 974,8 Magnez [mg] 508,1 Żelazo [mg] 17,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 858,6 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Witamina C [mg] 196,2 suma cukrów prostych [g] 26,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Zielonogórska 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) Mintaj soute z pieca 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Ziemniaki 180 g	Mandarynka 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] 2 226,7 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Sód [mg] 3 051,1 Potas [mg] 5 272,4 Wapń [mg] 704,2 Fosfor [mg] 1 687,9 Magnez [mg] 394,5 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 323,7 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Witamina C [mg] 280,3 suma cukrów prostych [g] 40

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

2024-11-16 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Pieczywo razowe 20 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU)	Energia [kcal] 2 449,6 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 3 130,2 Potas [mg] 4 350,4 Wapń [mg] 655,7 Fosfor [mg] 1 799 Magnez [mg] 425,8 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 014,8 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Witamina C [mg] 248,4 suma cukrów prostych [g] 28,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 333,3 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sód [mg] 2 567,1 Potas [mg] 4 560,2 Wapń [mg] 667,3 Fosfor [mg] 1 956,7 Magnez [mg] 474,5 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 971,9 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Witamina C [mg] 248,4 suma cukrów prostych [g] 24,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Kalafior puree 80 g Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g (MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 466,8 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Sód [mg] 3 054,9 Potas [mg] 3 998,8 Wapń [mg] 601,6 Fosfor [mg] 1 683,6 Magnez [mg] 386,2 Żelazo [mg] 11 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 127,4 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Witamina C [mg] 185,9 suma cukrów prostych [g] 28,3

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

2024-11-17 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 drobiowa wędzona 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Sos boloński z indyka 180 g (GLU, SEL) Makaron 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Pasta z sera żółtego 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 423,1 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Sód [mg] 3 525,1 Potas [mg] 4 404,3 Wapń [mg] 865 Fosfor [mg] 1 620,6 Magnez [mg] 359,7 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 878,3 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Witamina C [mg] 196,7 suma cukrów prostych [g] 39,1
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa wędzona 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Sos boloński z indyka 180 g (GLU, SEL) Makaron razowy 180 g (GLU) Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Surówka z pomidora z koperkim b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Pasta z sera żółtego 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 210 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 282,4 Sód [mg] 3 519,3 Potas [mg] 4 595,4 Wapń [mg] 856,9 Fosfor [mg] 1 811,2 Magnez [mg] 416,8 Żelazo [mg] 17 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 943 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Witamina C [mg] 205,7 suma cukrów prostych [g] 23,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa wędzona 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Sos boloński z indyka 180 g (GLU, SEL) Makaron 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Sód [mg] 2 634,4 Potas [mg] 4 236 Wapń [mg] 609,7 Fosfor [mg] 1 373 Magnez [mg] 308,1 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 762,4 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Witamina C [mg] 174,3 suma cukrów prostych [g] 39,3

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

2024-11-18 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka porowo-warzywna 70 g (MLE, JAJ) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta kanapkowa z szynki 80 g (MLE, JAJ, MWP, STR, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 575 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Sód [mg] 3 051 Potas [mg] 5 832,8 Wapń [mg] 616 Fosfor [mg] 1 561,8 Magnez [mg] 440,2 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 665,5 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Witamina C [mg] 285,3 suma cukrów prostych [g] 61,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek z jabłkiem b/c 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ryż brązowy 180 g Surówka porowo-warzywna b/c 70 g (MLE, JAJ) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta kanapkowa z szynki 80 g (MLE, JAJ, MWP, STR, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 306,2 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Sód [mg] 2 939,3 Potas [mg] 4 380,8 Wapń [mg] 709,1 Fosfor [mg] 1 755,7 Magnez [mg] 459,1 Żelazo [mg] 14,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 587,9 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Witamina C [mg] 322,1 suma cukrów prostych [g] 32,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa krupnik 400 ml (GLU, SEL) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Surówka z pietruszki i jabłka 70 g (MLE) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta z zielonego groszku i sera lekka 80 g (MLE, JAJ, STR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 624,1 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 369,8 Sód [mg] 3 023,7 Potas [mg] 5 670,9 Wapń [mg] 625,9 Fosfor [mg] 1 488,9 Magnez [mg] 411,5 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 153,7 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Witamina C [mg] 178,5 suma cukrów prostych [g] 65,9

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

2024-11-19 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 35 g (GLU) Pieczywo razowe 35 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z brzoskwinia 100 g (GLU) Kasza jaglana 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka colesław 70 g (JAJ, GOR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Melon 200 g Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (JAJ, S02) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 303,1 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Sód [mg] 3 032,8 Potas [mg] 5 293,7 Wapń [mg] 694,5 Fosfor [mg] 1 894,8 Magnez [mg] 460,4 Żelazo [mg] 17,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 336,8 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Witamina C [mg] 267,8 suma cukrów prostych [g] 42,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka colesław b/c 70 g (JAJ, GOR) Brokuły 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (JAJ, S02) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 182,3 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 290,6 Sód [mg] 2 831,6 Potas [mg] 4 960,1 Wapń [mg] 667 Fosfor [mg] 1 989,8 Magnez [mg] 431,6 Żelazo [mg] 16,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 876,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Witamina C [mg] 245,7 suma cukrów prostych [g] 30,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczana z pomidorami lekka 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z brzoskwinia 100 g (GLU) Kasza jaglana 180 g Brokuły puree 80 g (GLU) Surówka z selera 70 g (MLE, SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Melon 200 g Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 316 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Sód [mg] 2 887,1 Potas [mg] 5 376,5 Wapń [mg] 696,9 Fosfor [mg] 1 857,1 Magnez [mg] 433,1 Żelazo [mg] 16,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 185 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 29 Witamina C [mg] 241,7 suma cukrów prostych [g] 44,2

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

2024-11-20 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z ciecierzycy 400 ml (SEL, STR) Naleśniki dietetyczne z serem 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Mus truskawkowy 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	Mandarynka 1 szt 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 Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 514,9 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 101,8 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Sód [mg] 2 692,8 Potas [mg] 4 596,4 Wapń [mg] 875,6 Fosfor [mg] 1 852,1 Magnez [mg] 396,5 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 004,2 Witamina D [ug] 4,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Witamina C [mg] 246,7 suma cukrów prostych [g] 78,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z ciecierzycy 400 ml (SEL, STR) Risotto (ryż brązowy) lekkie 300 g (MWP, SEL) Szpinak 80 g (GLU) Surówka z marchwi bez jabłka b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 565,9 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 125 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Sód [mg] 3 801,8 Potas [mg] 5 566,4 Wapń [mg] 883,1 Fosfor [mg] 2 182,3 Magnez [mg] 583,6 Żelazo [mg] 18,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 224,6 Witamina D [ug] 4,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 50,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,4 Witamina C [mg] 267,1 suma cukrów prostych [g] 33,3
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Naleśniki dietetyczne z serem 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Mus truskawkowy 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzechka) b/c 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka wieprzowa 80% 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 278,7 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 2 434,8 Potas [mg] 3 779,6 Wapń [mg] 732,8 Fosfor [mg] 1 507,9 Magnez [mg] 285,3 Żelazo [mg] 9,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 848,5 Witamina D [ug] 4,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Witamina C [mg] 224,2 suma cukrów prostych [g] 77,3

P. Dussmann

ul. Westerplatte 1/11, 05-091, Ząbki

Oznaczenia alergenów:

- MLE* - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- GLU* - zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne,
- JAJ* - Jaja i produkty pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- ORZ* - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne,
- SEL* - Seler i produkty pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- RYB* - Ryby i produkty pochodne,
- SKO* - Skorupiaki i produkty pochodne,
- MIE* - Mięczaki i produkty pochodne,
- SOJ* - Soja i produkty pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,