

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-11-21 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Zielonogórska 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	Zupa ogórkowa 400 ml (<i>MLE, SEL</i>) Sos szpinakowo drobiowy. 180 g (<i>MLE, GLU</i>) Makaron 180 g (<i>GLU</i>) Fasolka szparagowa 80 g (<i>MLE, GLU, STR</i>) Surówka z kapusty czerwonej 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 40 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (<i>GLU, JAJ, MWP, SEL</i>) Połędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 505,6 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Sód [mg] 2 834,1 Potas [mg] 4 502,9 Wapń [mg] 705,9 Fosfor [mg] 1 713,7 Magnez [mg] 401,1 Żelazo [mg] 13,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 449,7 Witamina D [ug] 1,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Witamina C [mg] 167,2 suma cukrów prostych [g] 38,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Zielonogórska 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	Zupa ogórkowa 400 ml (<i>MLE, SEL</i>) Sos szpinakowo-drobiowy b/ml 180 g Makaron razowy 180 g (<i>GLU</i>) Fasolka szparagowa 80 g (<i>MLE, GLU, STR</i>) Surówka z kapusty czerwonej b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (<i>GLU, JAJ, MWP, SEL</i>) Połędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 368,1 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Sód [mg] 3 020,3 Potas [mg] 4 454,2 Wapń [mg] 679,2 Fosfor [mg] 1 881,7 Magnez [mg] 450,9 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 139,4 Witamina D [ug] 1,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Witamina C [mg] 219,8 suma cukrów prostych [g] 28,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Zielonogórska 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	Zupa ryżanka 400 ml (<i>SEL</i>) Sos szpinakowo drobiowy b/ml. 180 g Makaron 180 g (<i>GLU</i>) Fasolka szparagowa 80 g (<i>MLE, GLU, STR</i>) Salatka z buraka 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 60 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (<i>GLU, JAJ, MWP, SEL</i>) Połędwica drobiowa 80% 30 g Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 503,7 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Sód [mg] 2 660,2 Potas [mg] 4 479,5 Wapń [mg] 624,7 Fosfor [mg] 1 557,1 Magnez [mg] 366,4 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 303,8 Witamina D [ug] 1,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Witamina C [mg] 151,6 suma cukrów prostych [g] 40,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-22 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek drobiowa 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, GLU, MWP, SEL, STR) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Serek wiejski z ricottą 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 468,1 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Sód [mg] 3 269,2 Potas [mg] 5 505,5 Wapń [mg] 706,7 Fosfor [mg] 1 794,2 Magnez [mg] 426,9 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 644,9 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 39 Witamina C [mg] 221,9 suma cukrów prostych [g] 37,8
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynek drobiowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, GLU, MWP, SEL, STR) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy 180 g Pomidory zapiekane 80 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Serek wiejski z ricottą 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 296,5 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 300,5 Sód [mg] 2 770,8 Potas [mg] 4 518,8 Wapń [mg] 709,1 Fosfor [mg] 1 952 Magnez [mg] 478,5 Żelazo [mg] 15,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 181,2 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 48 Witamina C [mg] 187,5 suma cukrów prostych [g] 27,4
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek drobiowa 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa z dyni lekkostrawna 400 ml (SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL, STR) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g (MWP) Serek wiejski z ricottą 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 329,7 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 311 Sód [mg] 3 150,6 Potas [mg] 5 338,1 Wapń [mg] 701,4 Fosfor [mg] 1 698,4 Magnez [mg] 394,5 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 494,3 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Witamina C [mg] 219,3 suma cukrów prostych [g] 41,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-23 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa koperkowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak pieczony w miodzie 140 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 482 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Sód [mg] 3 315,8 Potas [mg] 3 985,1 Wapń [mg] 856,4 Fosfor [mg] 1 643 Magnez [mg] 343,5 Żelazo [mg] 12,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 446,3 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Witamina C [mg] 143,6 suma cukrów prostych [g] 36,3
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa koperkowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Brokuły 80 g (GLU) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 195,3 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 268,5 Sód [mg] 3 361,4 Potas [mg] 4 232,5 Wapń [mg] 871 Fosfor [mg] 1 831 Magnez [mg] 407,5 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 430,3 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Witamina C [mg] 143,6 suma cukrów prostych [g] 26,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa koperkowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony w miodzie 140 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły puree 80 g (GLU) Surówka z pomidora z koperkiem 70 g Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (MWP) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 508,5 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 105,1 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Sód [mg] 2 686,3 Potas [mg] 4 136,8 Wapń [mg] 537,2 Fosfor [mg] 1 381,9 Magnez [mg] 278 Żelazo [mg] 12,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 489,8 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Witamina C [mg] 174,9 suma cukrów prostych [g] 45,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-24 niedziela	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Kalańfir 80 g (MLE, GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70 g (MLE) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 80% 30 g Sałatka hawajska 150 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 120 g	Energia [kcal] 2 407,3 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 3 457,5 Potas [mg] 4 288,3 Wapń [mg] 613,1 Fosfor [mg] 1 555,3 Magnez [mg] 363,9 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 757,1 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Witamina C [mg] 155,8 suma cukrów prostych [g] 32,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Kalańfir 80 g (MLE, GLU) Surówka z dyni b/c 70 g (MLE, JAJ) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 80% 30 g Sałatka hawajska b/c 150 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ) Sałata lodowa 30 g Ogórek 70 g Herbata 1 szt Kiwi 1 szt	Energia [kcal] 2 330,4 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Sód [mg] 3 621,6 Potas [mg] 4 664,1 Wapń [mg] 652,8 Fosfor [mg] 1 795 Magnez [mg] 447 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 840,2 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Witamina C [mg] 234,5 suma cukrów prostych [g] 26,6
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa selerowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ, MWP) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z dyni (sos jogurtowy) 70 g (MLE) Kalańfir puree 80 g Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 80% 30 g Sałatka hawajska 150 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ) Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Winogrona 120 g	Energia [kcal] 2 421,7 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Sód [mg] 3 378,3 Potas [mg] 4 089,6 Wapń [mg] 576,9 Fosfor [mg] 1 418,6 Magnez [mg] 319,4 Żelazo [mg] 12,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 809,4 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Witamina C [mg] 117,6 suma cukrów prostych [g] 31,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-25 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL, STR) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Kapusta biała z pomidorami 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z makreli 80 g (MLE, JAJ, RYB) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 592,8 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Sód [mg] 3 381,2 Potas [mg] 5 398,5 Wapń [mg] 726,4 Fosfor [mg] 1 785,9 Magnez [mg] 409,7 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 765,6 Witamina D [ug] 5,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 35 Witamina C [mg] 352,4 suma cukrów prostych [g] 38,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL, STR) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Kasza gryczana 180 g Kapusta biała z pomidorami 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z makreli 80 g (MLE, JAJ, RYB) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 426 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 290,6 Sód [mg] 3 304,4 Potas [mg] 4 567,1 Wapń [mg] 743,4 Fosfor [mg] 2 065,4 Magnez [mg] 527,2 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 746,6 Witamina D [ug] 5,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Witamina C [mg] 310,4 suma cukrów prostych [g] 28,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynek z fileta 30 g (GLU) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ, MWP) Ziemniaki 180 g Seler z dynią i natką 80 g (GLU, SEL) Sałata 50 g Sos vinegret 15 g (GOR) Kompot owocowy(aronia+porzeczka+jabłko) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 574,1 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 324,3 Sód [mg] 2 853,3 Potas [mg] 5 135,7 Wapń [mg] 684 Fosfor [mg] 1 649,1 Magnez [mg] 359,9 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 471 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Witamina C [mg] 196,4 suma cukrów prostych [g] 38,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-26 wtorek	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 żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z kurczakiem i boczkiem 300 g (MLE, GLU, MWP, STR) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70 g Marchewka z groszkiem 80 g (GLU, STR) 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) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 375,8 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 275,2 Sód [mg] 2 905,6 Potas [mg] 4 929,3 Wapń [mg] 919,7 Fosfor [mg] 1 601,6 Magnez [mg] 396,7 Żelazo [mg] 13,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 020 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Witamina C [mg] 239,9 suma cukrów prostych [g] 39,7
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej b/c 70 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU, STR) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU, MWP) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 295,6 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 247,1 Sód [mg] 2 946,3 Potas [mg] 3 501,9 Wapń [mg] 834,5 Fosfor [mg] 1 740,2 Magnez [mg] 376,1 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 531,9 Witamina D [ug] 3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Witamina C [mg] 103,6 suma cukrów prostych [g] 23
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g (MWP) Twarożek waniliowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem lekkostrawna 400 ml (SEL) Bitka wieprzowa lekkostrawna 100 g (GLU, MWP, SEL) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Marchewka z groszkiem 80 g (GLU, STR) 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) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 200 g	Energia [kcal] 2 541,1 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Sód [mg] 2 750,3 Potas [mg] 5 418,3 Wapń [mg] 670,3 Fosfor [mg] 1 585,8 Magnez [mg] 370,7 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 246,1 Witamina D [ug] 3,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Witamina C [mg] 197,7 suma cukrów prostych [g] 46,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-27 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 cebulowa 400 ml (MLE) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza orkiszowa 180 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (SEL) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) 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 Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR, SEZ) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 439,3 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Sód [mg] 2 976,8 Potas [mg] 4 029,9 Wapń [mg] 942,6 Fosfor [mg] 1 773,1 Magnez [mg] 342,8 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 522,6 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Witamina C [mg] 298,6 suma cukrów prostych [g] 50,7
	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 cebulowa 400 ml (MLE) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza orkiszowa 180 g (GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g (SEL) Brokuły 80 g (GLU) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni(makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR, SEZ) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 349,4 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sód [mg] 3 122 Potas [mg] 4 212,5 Wapń [mg] 952,1 Fosfor [mg] 2 025,9 Magnez [mg] 420,1 Żelazo [mg] 15,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 598,5 Witamina D [ug] 1,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Witamina C [mg] 325,9 suma cukrów prostych [g] 32,5
	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 krupnik 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza orkiszowa 180 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (SEL) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, GLU, JAJ, MWP) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 375,7 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Sód [mg] 2 962,4 Potas [mg] 4 589,8 Wapń [mg] 595,7 Fosfor [mg] 1 623,5 Magnez [mg] 314,2 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 229 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Witamina C [mg] 170,3 suma cukrów prostych [g] 47,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-28 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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Knedle 300 g Sos jogurtowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 515,2 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 352,8 Sód [mg] 4 001,1 Potas [mg] 4 303,3 Wapń [mg] 701,5 Fosfor [mg] 1 425 Magnez [mg] 373,9 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 401,8 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Witamina C [mg] 182,6 suma cukrów prostych [g] 63,4
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Ser biały obiad b/c 120 g (MLE) Makaron razowy 180 g (GLU) Mus truskawkowy bez cukru 80 g Jabłko pieczone 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 217,7 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 289,9 Sód [mg] 3 250,5 Potas [mg] 4 023,6 Wapń [mg] 700 Fosfor [mg] 1 744,1 Magnez [mg] 417,3 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 247,2 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Witamina C [mg] 211,7 suma cukrów prostych [g] 37,5
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Knedle 300 g Sos jogurtowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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 Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 554 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 357,1 Sód [mg] 3 137,9 Potas [mg] 4 304 Wapń [mg] 677,8 Fosfor [mg] 1 320,4 Magnez [mg] 314,1 Żelazo [mg] 11,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 460,9 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Witamina C [mg] 196,6 suma cukrów prostych [g] 62,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-29 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) Szyńka wieprzowa 80% 30 g Herbata 1 szt Sałata 30 g Pomidor 70 g Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki 180 g Szpinak z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszonej 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) Szyńkowa drobiowa 30 g Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 551,7 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Sód [mg] 3 018,8 Potas [mg] 6 739,4 Wapń [mg] 750,2 Fosfor [mg] 1 797,1 Magnez [mg] 536,5 Żelazo [mg] 18,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 841,8 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Witamina C [mg] 243,6 suma cukrów prostych [g] 65,2
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szyńka wieprzowa 80% 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, SEL, STR) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, SEL, RYB) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Szpinak z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty kiszonej 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) Szyńkowa drobiowa 30 g Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 214,8 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 286,8 Sód [mg] 2 890,8 Potas [mg] 5 074,8 Wapń [mg] 777,2 Fosfor [mg] 1 869,7 Magnez [mg] 479,9 Żelazo [mg] 19,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 814,4 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Witamina C [mg] 192,5 suma cukrów prostych [g] 29,3
	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)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (SEL) Mintaj pieczony w pomidorach 100 g (GLU, SEL, 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) Szyńkowa drobiowa 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 417,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 345,6 Sód [mg] 2 828,5 Potas [mg] 6 342,8 Wapń [mg] 676,7 Fosfor [mg] 1 641,6 Magnez [mg] 478,3 Żelazo [mg] 16,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 070,7 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Witamina C [mg] 209,2 suma cukrów prostych [g] 66,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-11-30 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 zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż paraboliczny 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 Sałatka 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] 2 399,7 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Sód [mg] 4 286,3 Potas [mg] 4 246,2 Wapń [mg] 815,6 Fosfor [mg] 1 714,7 Magnez [mg] 411,6 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 621,6 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Witamina C [mg] 196,9 suma cukrów prostych [g] 37,7
	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 zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż brązowy 180 g 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 Sałatka 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] 2 261,3 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Sód [mg] 3 729,2 Potas [mg] 4 487 Wapń [mg] 829,1 Fosfor [mg] 1 895,9 Magnez [mg] 468,2 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 576,7 Witamina D [ug] 3,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 Witamina C [mg] 196,9 suma cukrów prostych [g] 31,2
	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 zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g (GLU) Ryż paraboliczny 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 Sałatka 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] 2 456,1 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 327,1 Sód [mg] 3 777,2 Potas [mg] 4 230,1 Wapń [mg] 610,3 Fosfor [mg] 1 610,2 Magnez [mg] 361,4 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 795,4 Witamina D [ug] 4,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Witamina C [mg] 161,7 suma cukrów prostych [g] 48

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,