

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-12-01 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 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) 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, SEL) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 545 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 334,8 Sód [mg] 2 534,1 Potas [mg] 4 582,1 Wapń [mg] 598,4 Fosfor [mg] 1 567,5 Magnez [mg] 427,9 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 200,5 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,3 Błonnik pokarmowy [g] 32 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 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) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Brokuły 80 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 210,1 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Sód [mg] 2 586,9 Potas [mg] 4 222,6 Wapń [mg] 617,3 Fosfor [mg] 1 656,8 Magnez [mg] 379,2 Żelazo [mg] 14,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 169,9 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Witamina C [mg] 284,3 suma cukrów prostych [g] 27,9
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g 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) 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, SEL) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 570,8 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 330,2 Sód [mg] 2 482,3 Potas [mg] 4 410,4 Wapń [mg] 566,6 Fosfor [mg] 1 464,9 Magnez [mg] 388,4 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 847,5 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Witamina C [mg] 181,6 suma cukrów prostych [g] 55,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-02 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 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, 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] 2 661,8 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 114,5 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] 51,9 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 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) Makaron razowy 180 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) 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) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 322,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 300 Sód [mg] 2 743,5 Potas [mg] 4 260 Wapń [mg] 721,4 Fosfor [mg] 1 706,4 Magnez [mg] 417,2 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 383,4 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Witamina C [mg] 215,5 suma cukrów prostych [g] 28,4
	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 Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa z dyni lekkostrawna 400 ml (SEL) Sos boloński 180 g (GLU, 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) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 120 g	Energia [kcal] 2 476,5 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Sód [mg] 2 473,9 Potas [mg] 4 474,4 Wapń [mg] 735,9 Fosfor [mg] 1 453,6 Magnez [mg] 319,2 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 972 Witamina D [ug] 2,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Witamina C [mg] 234,8 suma cukrów prostych [g] 33,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-03 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) 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) 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) 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 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-04 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 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 porowa 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, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 501,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 107,7 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Sód [mg] 3 565,8 Potas [mg] 5 386,3 Wapń [mg] 628,1 Fosfor [mg] 1 691,7 Magnez [mg] 412,9 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 849,6 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Witamina C [mg] 224,2 suma cukrów prostych [g] 39,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g 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 porowa 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, GOR) Polędwica drobiowa 80% 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 343,1 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Sód [mg] 3 496,8 Potas [mg] 4 413,4 Wapń [mg] 646,3 Fosfor [mg] 1 791,6 Magnez [mg] 424,8 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 848,9 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Witamina C [mg] 182,2 suma cukrów prostych [g] 31,7
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g 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 wędzonym 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] 2 391,7 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Sód [mg] 3 569,7 Potas [mg] 5 524,6 Wapń [mg] 656,4 Fosfor [mg] 1 676,7 Magnez [mg] 397,4 Żelazo [mg] 12,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 245,1 Witamina D [ug] 1,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Witamina C [mg] 232,8 suma cukrów prostych [g] 40,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-05 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 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) Sznycel z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Carpaccio z buraczków 70 g (ORZ, SEZ) 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] 102,2 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 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) 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 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 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] 104,7 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 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-06 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) 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) 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] 2 484,4 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 337,2 Sód [mg] 2 872,4 Potas [mg] 3 718,9 Wapń [mg] 814,3 Fosfor [mg] 1 547,7 Magnez [mg] 296 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 272,2 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Witamina C [mg] 205,9 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) Risotto (ryż brązowy) lekkie 300 g (SEL) Szpinak 80 g (GLU) Surówka z marchwi z jogurtem b/c 70 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] 2 262,4 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 104,8 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Sód [mg] 3 424,8 Potas [mg] 4 698,9 Wapń [mg] 783,4 Fosfor [mg] 1 788,6 Magnez [mg] 485 Żelazo [mg] 17,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 919,3 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Witamina C [mg] 247,3 suma cukrów prostych [g] 32,5
	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) Jabłko pieczone 1 szt 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] 2 503,8 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 340,5 Sód [mg] 2 847,8 Potas [mg] 3 665,7 Wapń [mg] 751,9 Fosfor [mg] 1 475,2 Magnez [mg] 268,3 Żelazo [mg] 12,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 363,2 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Witamina C [mg] 203,9 suma cukrów prostych [g] 74,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-07 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, SEL) Ziemniaki 180 g Sos pomidorowy 60 g (GLU) Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU, SEL) 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) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 689,2 Białko ogółem [g] 113,2 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, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU, SEL) 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) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 274,9 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 275,8 Sód [mg] 2 607 Potas [mg] 4 347,4 Wapń [mg] 637,4 Fosfor [mg] 1 896,2 Magnez [mg] 421,5 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 157,6 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Witamina C [mg] 170,5 suma cukrów prostych [g] 26,8
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) 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, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Seler gotowany z cukinią z koperkiem 80 g (GLU, SEL) 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] 115,9 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 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-08 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, GLU, 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 Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 596 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 117,4 Węglowodany ogółem [g] 307,2 Sód [mg] 3 793,6 Potas [mg] 5 113,2 Wapń [mg] 922,6 Fosfor [mg] 1 831 Magnez [mg] 391,9 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 471,9 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Witamina C [mg] 248,8 suma cukrów prostych [g] 38,8
	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, GLU, 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] 2 469,1 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 120,3 Węglowodany ogółem [g] 287,7 Sód [mg] 3 720,3 Potas [mg] 4 198,5 Wapń [mg] 946,2 Fosfor [mg] 2 011,6 Magnez [mg] 456,8 Żelazo [mg] 16,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 452,9 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Witamina C [mg] 206,7 suma cukrów prostych [g] 31,3
	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 (GLU, 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 Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 588,4 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 311 Sód [mg] 3 420,8 Potas [mg] 4 988,9 Wapń [mg] 685,4 Fosfor [mg] 1 672,6 Magnez [mg] 347,7 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 521 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Witamina C [mg] 241,8 suma cukrów prostych [g] 43,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-09 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) 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 Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR, SEZ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 790,1 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 118,3 Węglowodany ogółem [g] 345,5 Sód [mg] 3 236,8 Potas [mg] 5 241,6 Wapń [mg] 889,1 Fosfor [mg] 1 940,1 Magnez [mg] 482,1 Żelazo [mg] 18,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 763 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Witamina C [mg] 251,6 suma cukrów prostych [g] 41,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa selerowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna b/c 70 g (SEL) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g Sałatka makaronowa z fetą i pestkami dyni(makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, SEL, GOR, SEZ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 438,4 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 3 205,7 Potas [mg] 4 811,1 Wapń [mg] 869,7 Fosfor [mg] 2 010 Magnez [mg] 464,1 Żelazo [mg] 16,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 383,9 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 47 Witamina C [mg] 231,7 suma cukrów prostych [g] 30,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa selerowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Schab faszerowany śliwką i morelą 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL) 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 Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, GLU, JAJ) Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g	Energia [kcal] 2 627,1 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Sód [mg] 3 317,5 Potas [mg] 5 096,9 Wapń [mg] 723,6 Fosfor [mg] 1 817,9 Magnez [mg] 434,8 Żelazo [mg] 17,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 928 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Witamina C [mg] 203,5 suma cukrów prostych [g] 41,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-12-10 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) 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 z soczewicy z pomidorami 400 ml (MLE, SEL) Łazanki z warzywami i mięsem 350 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Paszтет z tuńczyka 50 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 506,8 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 327,4 Sód [mg] 3 254,1 Potas [mg] 5 033,9 Wapń [mg] 696,9 Fosfor [mg] 1 693,2 Magnez [mg] 377,8 Żelazo [mg] 16,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 561,2 Witamina D [ug] 4,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Witamina C [mg] 211,6 suma cukrów prostych [g] 45,5
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU) 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 z soczewicy z pomidorami 400 ml (MLE, SEL) Makaron razowy z warzywami i mięsem 350 g (GLU) Szpinak 80 g (GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g (SEL) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Paszтет z tuńczyka 50 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 381,3 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Sód [mg] 3 203,6 Potas [mg] 5 052,3 Wapń [mg] 723,7 Fosfor [mg] 1 881,6 Magnez [mg] 459,3 Żelazo [mg] 18,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 987,9 Witamina D [ug] 4,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Witamina C [mg] 229,9 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) 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) Łazanki z warzywami i mięsem 300 g (GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 50 g (SEL) Buraczki gotowane 80 g (MLE, 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) Szynka piastowska 30 g Paszтет z tuńczyka 50 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 388 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Sód [mg] 3 089 Potas [mg] 4 559,3 Wapń [mg] 646 Fosfor [mg] 1 472,1 Magnez [mg] 315,1 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 202,9 Witamina D [ug] 4,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Witamina C [mg] 201,5 suma cukrów prostych [g] 44,4

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,