

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-01-11 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 20 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 30 g (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (<i>MLE, GLU, SEL</i>)	Zupa zacierkowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Filet z kurczaka soute 100 g (<i>GLU</i>) Ryż paraboliczny 180 g Kalańior 80 g (<i>MLE, GLU</i>) Salata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (<i>MLE</i>) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Pieczywo razowe 40 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Chleb pszenno-żytni 40 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>GLU</i>)	Energia [kcal] 2 449,6 Białko ogółem [g] 113,8 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 (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (<i>MLE, GLU, SEL</i>)	Zupa zacierkowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Filet z kurczaka soute 100 g (<i>GLU</i>) Ryż brązowy 180 g Kalańior 80 g (<i>MLE, GLU</i>) Salata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (<i>MLE</i>) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Salata 30 g Pieczywo razowe 120 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 333,3 Białko ogółem [g] 110,4 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 (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>GLU</i>) Grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (<i>MLE</i>) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (<i>MLE, GLU, SEL</i>)	Zupa zacierkowa 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Filet z kurczaka soute 100 g (<i>GLU</i>) Ryż paraboliczny 180 g Kalańior puree 80 g Salata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (<i>MLE</i>) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (<i>GLU</i>) Bułka wrocławska 60 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka na kartki 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 466,8 Białko ogółem [g] 112,4 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 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-12 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) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (GLU) Sos koperkowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dyńnię 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 Pasta z sera żółtego 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 504,2 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 112,1 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 3 633,8 Potas [mg] 4 342,4 Wapń [mg] 868,8 Fosfor [mg] 1 719,7 Magnez [mg] 365,9 Żelazo [mg] 16,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 550,8 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Witamina C [mg] 191 suma cukrów prostych [g] 39,6
	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) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Dyńnię 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 Pasta z sera żółtego 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 264,4 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 269,1 Sód [mg] 3 427,5 Potas [mg] 4 505,2 Wapń [mg] 856,9 Fosfor [mg] 1 903 Magnez [mg] 419,5 Żelazo [mg] 17,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 589,3 Witamina D [ug] 3,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Witamina C [mg] 197,5 suma cukrów prostych [g] 23,8
	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) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (GLU) Sos koperkowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dyńnię 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 Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 490,2 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Sód [mg] 2 743,2 Potas [mg] 4 174,1 Wapń [mg] 613,4 Fosfor [mg] 1 472,2 Magnez [mg] 314,3 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 434,9 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Witamina C [mg] 168,5 suma cukrów prostych [g] 39,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-13, 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) 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, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 575 Białko ogółem [g] 92,4 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) Ryż brązowy 180 g Surówka porowo-warzywna b/c 70 g (MLE, JAJ) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) 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, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 306,2 Białko ogółem [g] 88,4 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) 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 kanapkowa z szynki lekka 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 648,4 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 369,9 Sód [mg] 3 129,7 Potas [mg] 5 767,9 Wapń [mg] 587,2 Fosfor [mg] 1 484,5 Magnez [mg] 408,4 Żelazo [mg] 12,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 141,4 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Witamina C [mg] 177,2 suma cukrów prostych [g] 63,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-14 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) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz czerwony 400 ml (MLE, SEL) Udziec z indyka pieczony z brzoskwinia 100 g (GLU) Kasza jaglana 180 g Brokuły 80 g (GLU) Surówka coleslaw 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] 2 317,5 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Sód [mg] 3 065 Potas [mg] 5 324,8 Wapń [mg] 709,2 Fosfor [mg] 1 903,6 Magnez [mg] 462,1 Żelazo [mg] 18 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 844,4 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Witamina C [mg] 240,8 suma cukrów prostych [g] 50,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (GLU) Twarożek pietruszkowy 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Barszcz czerwony 400 ml (MLE, SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 100 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka coleslaw 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] 2 206 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 296,4 Sód [mg] 2 864,2 Potas [mg] 5 017,9 Wapń [mg] 682,6 Fosfor [mg] 2 000,4 Magnez [mg] 433,9 Żelazo [mg] 17,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 384,5 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 44 Witamina C [mg] 220,5 suma cukrów prostych [g] 39,1
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 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)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (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] 2 323,9 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Sód [mg] 2 915,3 Potas [mg] 5 422,6 Wapń [mg] 707,8 Fosfor [mg] 1 863,1 Magnez [mg] 435,4 Żelazo [mg] 17,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 756 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Witamina C [mg] 231,8 suma cukrów prostych [g] 51,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-15 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) Pierogi z mięsem z wody 240 g (GLU, JAJ) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 70 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) 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) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 643,5 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 117,9 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Sód [mg] 3 461,1 Potas [mg] 4 735,2 Wapń [mg] 1 087,7 Fosfor [mg] 1 968,7 Magnez [mg] 443,3 Żelazo [mg] 16,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 931,2 Witamina D [ug] 4,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Witamina C [mg] 229 suma cukrów prostych [g] 37,9
	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) Makaron razowy z warzywami i mięsem 240 g (GLU) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z marchwi bez jabłka b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (MLE, JAJ) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 338,7 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Sód [mg] 2 850 Potas [mg] 5 019,2 Wapń [mg] 1 045,5 Fosfor [mg] 2 031,3 Magnez [mg] 484,9 Żelazo [mg] 17,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 068,7 Witamina D [ug] 4,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Witamina C [mg] 245,6 suma cukrów prostych [g] 32,2
	LUXMED Łatwastrawna-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) Pierogi z mięsem z wody 240 g (GLU, JAJ) Szpinak jogurtowy 80 g (MLE, GLU) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 70 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pyszka szynkowa 30 g Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 383,9 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 103,2 Węglowodany ogółem [g] 265,5 Sód [mg] 3 234,6 Potas [mg] 4 007,8 Wapń [mg] 680,1 Fosfor [mg] 1 516,6 Magnez [mg] 328,3 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 684,4 Witamina D [ug] 4,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,2 Błonnik pokarmowy [g] 22 Witamina C [mg] 206,5 suma cukrów prostych [g] 37

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-16 czwartek	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 Ser biały 80 g (MLE) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kapuśniak 400 ml (SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Mizeria z jogurtem 70 g (MLE) 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) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Połędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 604,6 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 105,8 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Sód [mg] 3 161,1 Potas [mg] 5 514,2 Wapń [mg] 645,3 Fosfor [mg] 1 736,4 Magnez [mg] 423,6 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 041,4 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Witamina C [mg] 173,3 suma cukrów prostych [g] 38,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Ser biały 80 g (MLE) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kapuśniak 400 ml (SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza pęczak 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Mizeria z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Połędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt	Energia [kcal] 2 450,4 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 304,9 Sód [mg] 3 050,5 Potas [mg] 4 212,5 Wapń [mg] 671,1 Fosfor [mg] 1 861,1 Magnez [mg] 423,9 Żelazo [mg] 15,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 731,7 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Witamina C [mg] 183,9 suma cukrów prostych [g] 27,9
	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 Ser biały 80 g (MLE) Salata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ryżanka 400 ml (SEL) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Salatka 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) Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Połędwica drobiowa 80% 30 g Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 661,5 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 104,1 Węglowodany ogółem [g] 347,8 Sód [mg] 3 096 Potas [mg] 5 608 Wapń [mg] 617,1 Fosfor [mg] 1 649,9 Magnez [mg] 407,7 Żelazo [mg] 15 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 105,1 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Witamina C [mg] 180,8 suma cukrów prostych [g] 42

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-17 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 dyniowo-cukiniowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL) 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 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] 2 361,4 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Sód [mg] 3 176 Potas [mg] 4 679 Wapń [mg] 719,6 Fosfor [mg] 1 688,5 Magnez [mg] 386,8 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 099,7 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Witamina C [mg] 195 suma cukrów prostych [g] 37,3
	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 cukinii 400 ml (MLE, GLU, SEL) 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 Serek wiejski z ricottą 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 213,5 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Sód [mg] 2 723,1 Potas [mg] 4 355,7 Wapń [mg] 689,7 Fosfor [mg] 1 898,1 Magnez [mg] 468,7 Żelazo [mg] 14,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 387,9 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Witamina C [mg] 183 suma cukrów prostych [g] 26
	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 dyniowo-cukiniowa z makaronem lekkostrawna 400 ml (GLU, 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) 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 Serek wiejski z ricottą 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 303 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Sód [mg] 3 092,8 Potas [mg] 4 480,2 Wapń [mg] 683,7 Fosfor [mg] 1 600,8 Magnez [mg] 356,4 Żelazo [mg] 12,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 385,1 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Witamina C [mg] 191,9 suma cukrów prostych [g] 39,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-18 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) Potrawka drobiowa z warzywami i curry 180 g (MLE, 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 Ser żółty 30 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 333,7 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Sód [mg] 3 150,8 Potas [mg] 4 289 Wapń [mg] 919 Fosfor [mg] 1 697,8 Magnez [mg] 364,1 Żelazo [mg] 12,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 732,5 Witamina D [ug] 1,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Witamina C [mg] 166 suma cukrów prostych [g] 39,9
	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) Udziec z kurczaka pieczony 100 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 Ser żółty 30 g (MLE) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 275,5 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 270,9 Sód [mg] 3 570,3 Potas [mg] 4 370,4 Wapń [mg] 874,1 Fosfor [mg] 1 922,6 Magnez [mg] 422,4 Żelazo [mg] 13,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 444,6 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Witamina C [mg] 145,4 suma cukrów prostych [g] 27,1
	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) Potrawka drobiowa z warzywami i curry 180 g (MLE, 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 Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Energia [kcal] 2 360,3 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Sód [mg] 2 521,4 Potas [mg] 4 440,6 Wapń [mg] 599,8 Fosfor [mg] 1 436,7 Magnez [mg] 298,7 Żelazo [mg] 12,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 776,1 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 28 Witamina C [mg] 197,3 suma cukrów prostych [g] 48,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-19 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) 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) 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) 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 2025-01-11 do dnia 2025-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-01-20 poniedziałek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyunkowa 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 pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 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 brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 453,2 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 3 045,1 Potas [mg] 5 167,8 Wapń [mg] 666,4 Fosfor [mg] 1 674,6 Magnez [mg] 395,9 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 046,6 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 32 Witamina C [mg] 286,8 suma cukrów prostych [g] 37,4
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyunkowa 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 pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 180 g Cukinia duszona z dynią i pomidorami 80 g 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 brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Zielonogórska 30 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Gruszka 1 szt	Energia [kcal] 2 322,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 285,1 Sód [mg] 3 137,5 Potas [mg] 3 922,3 Wapń [mg] 671,2 Fosfor [mg] 1 957,2 Magnez [mg] 497,7 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 852 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Witamina C [mg] 225,5 suma cukrów prostych [g] 24
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szyunkowa 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 pomidorowa z ryżem lekkostrawna 350 ml (SEL) Kotlet schabowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) 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) Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (MLE, JAJ) Zielonogórska 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Energia [kcal] 2 412,8 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Sód [mg] 2 776,4 Potas [mg] 4 943,8 Wapń [mg] 635,2 Fosfor [mg] 1 551,2 Magnez [mg] 352,3 Żelazo [mg] 12,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 654,1 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Witamina C [mg] 184,1 suma cukrów prostych [g] 36,1

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,