

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-03-01 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 Pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g (MLE, JAJ, RYB) 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) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sos koperkowy 60 g (GLU) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka z cukinii 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 delikatesowa drobiowa 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 660,6 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 333,9 Sód [mg] 2 669,3 Potas [mg] 4 839 Wapń [mg] 543,2 Fosfor [mg] 1 725,7 Magnez [mg] 419,4 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 545,6 Witamina D [ug] 4,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Witamina C [mg] 142,2 suma cukrów prostych [g] 56,5
	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) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Seler z dynią i natką 80 g (GLU, SEL) Surówka z cukinii 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 Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Mandarynka 1 szt	Energia [kcal] 2 272,8 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 271,4 Sód [mg] 2 433,6 Potas [mg] 4 408,3 Wapń [mg] 621,2 Fosfor [mg] 1 897,9 Magnez [mg] 418,6 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 558,8 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Witamina C [mg] 150,3 suma cukrów prostych [g] 26,9
	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 koperkowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka z cukinii 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 delikatesowa drobiowa 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Energia [kcal] 2 689 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Sód [mg] 2 467,3 Potas [mg] 4 762,7 Wapń [mg] 559,7 Fosfor [mg] 1 613,2 Magnez [mg] 377,3 Żelazo [mg] 12,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 560,2 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Witamina C [mg] 150,3 suma cukrów prostych [g] 57,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-02 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 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 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ziemniaki 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) 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] 2 582 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 114,1 Węglowodany ogółem [g] 312,2 Sód [mg] 3 540,7 Potas [mg] 5 211,9 Wapń [mg] 732,9 Fosfor [mg] 1 786,4 Magnez [mg] 388,9 Żelazo [mg] 15,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 569,1 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 37 Witamina C [mg] 230,2 suma cukrów prostych [g] 45,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 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 pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL) Kurczak caprese 100 g (MLE, GLU) Ryż brązowy 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) 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] 2 446,9 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 289,9 Sód [mg] 3 468,7 Potas [mg] 4 300,3 Wapń [mg] 759,3 Fosfor [mg] 1 973,6 Magnez [mg] 454,1 Żelazo [mg] 16,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 551,2 Witamina D [ug] 2,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 48 Witamina C [mg] 188,2 suma cukrów prostych [g] 35,2
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pyzdra 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 Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) 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] 2 587 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 312 Sód [mg] 3 458,8 Potas [mg] 5 000 Wapń [mg] 689,6 Fosfor [mg] 1 673,3 Magnez [mg] 348,9 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 665,5 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Witamina C [mg] 218,8 suma cukrów prostych [g] 44,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-03 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 kapuśniak 400 ml (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) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałatka z ananase 150 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 646 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Sód [mg] 2 977,5 Potas [mg] 5 032,2 Wapń [mg] 897,8 Fosfor [mg] 1 832,2 Magnez [mg] 445,9 Żelazo [mg] 17,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 663,3 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Witamina C [mg] 218,6 suma cukrów prostych [g] 44,7
	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 kapuśniak 400 ml (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) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałatka makaronowa z szynką lekka (makaron razowy) 150 g (MLE, GLU, JAJ) Sałata 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 284,7 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 281,6 Sód [mg] 3 237,6 Potas [mg] 4 640,9 Wapń [mg] 703,7 Fosfor [mg] 1 867,4 Magnez [mg] 428,4 Żelazo [mg] 16,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 217,1 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Witamina C [mg] 196,1 suma cukrów prostych [g] 28,4
	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) Polędwica z piersi indyka 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] 2 582,7 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Sód [mg] 3 078,5 Potas [mg] 4 977,4 Wapń [mg] 718,8 Fosfor [mg] 1 748,3 Magnez [mg] 427,5 Żelazo [mg] 16,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 928 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Witamina C [mg] 203,5 suma cukrów prostych [g] 41,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-04 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	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 Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) 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) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180 g (GLU, SEL) Kasza gryczana 180 g Brokuły 80 g (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 domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 535,5 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Sód [mg] 2 999,1 Potas [mg] 4 601 Wapń [mg] 619,1 Fosfor [mg] 1 753,4 Magnez [mg] 458,7 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 102,9 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Witamina C [mg] 198,1 suma cukrów prostych [g] 37,6
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 80% 30 g Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (MLE, JAJ) 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) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana 180 g Brokuły 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 domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 369,6 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Sód [mg] 2 844,6 Potas [mg] 4 716,7 Wapń [mg] 627,8 Fosfor [mg] 1 900,5 Magnez [mg] 514 Żelazo [mg] 17 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 919,5 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Witamina C [mg] 195,3 suma cukrów prostych [g] 30
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 80% 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 z zielonego groszku lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180 g (GLU, SEL) Ryż paraboliczny 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (SEL) Brokuły puree 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) Szynka piastowska 30 g Paszтет domowy wypiek własny 50 g (GLU, JAJ, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 531 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Sód [mg] 3 617,1 Potas [mg] 4 254,8 Wapń [mg] 602,2 Fosfor [mg] 1 523,1 Magnez [mg] 363 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 869,9 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Witamina C [mg] 199,9 suma cukrów prostych [g] 37,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-05 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80 g (MLE, S02) Jajko 1 szt (JAJ) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe 240 g (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowy 80 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120 g (MLE) 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) Sałatka z tuńczyka i kapusty pekińskiej 150 g (MLE, JAJ, RYB, GOR) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 645,9 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 315 Sód [mg] 3 249,4 Potas [mg] 4 607,5 Wapń [mg] 1 213,9 Fosfor [mg] 2 002,8 Magnez [mg] 413,9 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 154,1 Witamina D [ug] 5,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Witamina C [mg] 270,2 suma cukrów prostych [g] 87,1
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Chrzanowy twarózek 80 g (MLE, S02) Jajko 1 szt (JAJ) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Makaron razowy z cukinią, szpinakiem i suszonymi pomidorami 300 g (MLE, GLU) Jarzynka meksykańska 80 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka z tuńczyka i kapusty pekińskiej 150 g (MLE, JAJ, RYB, GOR) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 153,9 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 289,2 Sód [mg] 3 356,3 Potas [mg] 4 142,5 Wapń [mg] 1 058,1 Fosfor [mg] 1 857,1 Magnez [mg] 451,8 Żelazo [mg] 16 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 556,8 Witamina D [ug] 4,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Witamina C [mg] 366,1 suma cukrów prostych [g] 31,5
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarózek 80 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa z kaszy kukurydzianej 400 ml (SEL) Pierogi leniwe 240 g (MLE, GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 120 g (MLE) Sos jogurtowy 80 g (MLE) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Sałatka z tuńczykiem i ryżem lekka 150 g (MLE, JAJ, RYB) Pasta kalafiorowa lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 739,9 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 346,7 Sód [mg] 2 606,8 Potas [mg] 4 444,9 Wapń [mg] 932 Fosfor [mg] 1 900,2 Magnez [mg] 380,1 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 438,3 Witamina D [ug] 6,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 28 Witamina C [mg] 151,9 suma cukrów prostych [g] 85,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-06 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Barszcz biały 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Gołąbki z mięsem i ryżem 180 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z ogórka kiszzonego i rzodkiewki 70 g Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 416 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 346,6 Sód [mg] 3 042,5 Potas [mg] 5 964,6 Wapń [mg] 867,1 Fosfor [mg] 1 670,8 Magnez [mg] 429,9 Żelazo [mg] 14,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 030,4 Witamina D [ug] 4,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Witamina C [mg] 314,5 suma cukrów prostych [g] 49,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Barszcz biały 400 ml (MLE, GLU, SEL, S02) Gołąbki z mięsem i ryżem 180 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Cukinia duszona z ziołami 80 g Surówka z ogórka kiszzonego i rzodkiewki 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 251 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 297,2 Sód [mg] 2 937,2 Potas [mg] 4 895,4 Wapń [mg] 870,4 Fosfor [mg] 1 730,7 Magnez [mg] 445,6 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 074,7 Witamina D [ug] 4,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Witamina C [mg] 270,4 suma cukrów prostych [g] 29
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 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)	Barszcz biały lekkostrawny 400 ml (GLU, SEL, S02) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 180 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (MLE, RYB) Szynka drobiowa wędzona 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 426,8 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 2 943,1 Potas [mg] 4 043,6 Wapń [mg] 653,1 Fosfor [mg] 1 433,5 Magnez [mg] 292,5 Żelazo [mg] 12,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 236 Witamina D [ug] 4,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Witamina C [mg] 133,4 suma cukrów prostych [g] 51,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-07 piątek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Zielonogórska 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka z kapusty kiszonej i białej 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 237,1 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 3 829,5 Potas [mg] 5 126 Wapń [mg] 678,9 Fosfor [mg] 1 751,1 Magnez [mg] 427,8 Żelazo [mg] 13,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 974,7 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 34 Witamina C [mg] 230,8 suma cukrów prostych [g] 41,9
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Zielonogórska 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana nieprażona 180 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka z kapusty kiszonej i białej b/c 70 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 056,2 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 265,5 Sód [mg] 3 756,5 Potas [mg] 4 294,8 Wapń [mg] 696,3 Fosfor [mg] 2 030,8 Magnez [mg] 545,3 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 979,8 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Witamina C [mg] 188,7 suma cukrów prostych [g] 28
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa jarzynowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka z kalarepy i marchewki 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Ziemniaki 180 g	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 248,8 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Sód [mg] 3 331,3 Potas [mg] 5 283,3 Wapń [mg] 652,9 Fosfor [mg] 1 678,4 Magnez [mg] 373,5 Żelazo [mg] 13,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 332,5 Witamina D [ug] 2,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 29 Witamina C [mg] 256,5 suma cukrów prostych [g] 40,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-08 sobota	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Pieczywo razowe 20 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Sos z pomidorów i cukinii lekki 60 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Pieczywo razowe 40 g (GLU) Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, SEL, GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sód [mg] 4 142,1 Potas [mg] 4 979,1 Wapń [mg] 728,6 Fosfor [mg] 1 803,9 Magnez [mg] 476,9 Żelazo [mg] 14,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 980,9 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 Witamina C [mg] 308 suma cukrów prostych [g] 34,1
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Kalafior 80 g (MLE, GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, SEL, GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Energia [kcal] 2 384,3 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 316,5 Sód [mg] 3 182,4 Potas [mg] 4 989 Wapń [mg] 728,2 Fosfor [mg] 1 942,1 Magnez [mg] 510,5 Żelazo [mg] 15,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 845,1 Witamina D [ug] 1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 50,2 Witamina C [mg] 297,5 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) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka soute 100 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Kalafior puree 80 g Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Sos z pomidorów i cukinii lekki 60 g	Kiwi 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ, SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Energia [kcal] 2 547,7 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 103,3 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Sód [mg] 3 883,5 Potas [mg] 4 743,2 Wapń [mg] 689,1 Fosfor [mg] 1 714,3 Magnez [mg] 432,4 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 257,1 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Witamina C [mg] 248,8 suma cukrów prostych [g] 34

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-09 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) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Sos koperkowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dynia 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] 2 265,8 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 294 Sód [mg] 3 667,2 Potas [mg] 4 583,2 Wapń [mg] 891,1 Fosfor [mg] 1 703,7 Magnez [mg] 380,1 Żelazo [mg] 16,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 858,7 Witamina D [ug] 2,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Witamina C [mg] 200 suma cukrów prostych [g] 41
	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) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Dynia 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] 2 026 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 267,6 Sód [mg] 3 460,9 Potas [mg] 4 746,1 Wapń [mg] 879,2 Fosfor [mg] 1 887 Magnez [mg] 433,7 Żelazo [mg] 17,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 897,2 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Witamina C [mg] 206,5 suma cukrów prostych [g] 25,2
	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) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Sos koperkowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Sałatka z buraka 70 g Dynia 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] 2 251,8 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Sód [mg] 2 776,5 Potas [mg] 4 414,9 Wapń [mg] 635,7 Fosfor [mg] 1 456,2 Magnez [mg] 328,5 Żelazo [mg] 14,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 742,8 Witamina D [ug] 2,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 29 Witamina C [mg] 177,5 suma cukrów prostych [g] 41,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-01 do dnia 2025-03-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-03-10 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 Duet warzywny (marchew, fasolka, natka pietruszki) 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] 2 568,3 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 359,7 Sód [mg] 3 030,4 Potas [mg] 5 859,7 Wapń [mg] 631,9 Fosfor [mg] 1 569,7 Magnez [mg] 444,7 Żelazo [mg] 13,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 230,5 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Witamina C [mg] 294,2 suma cukrów prostych [g] 60,5
	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) Duet warzywny (marchew, fasolka, natka pietruszki) 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] 2 641,7 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 369,8 Sód [mg] 3 109,1 Potas [mg] 5 794,8 Wapń [mg] 603,1 Fosfor [mg] 1 492,4 Magnez [mg] 412,8 Żelazo [mg] 13 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 706,4 Witamina D [ug] 1,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,4 Błonnik pokarmowy [g] 29 Witamina C [mg] 186,1 suma cukrów prostych [g] 62,5

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,