Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-01 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	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 Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (***MLE, JAJ***) Pomidor 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***) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (***GLU***) Sos jarzynowy 60 g (***GLU, SEL***) Kasza gryczana nieprażona 180 g Buraczki gotowane 80 g (***MLE, GLU***) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (***SEL***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Winogrona 120 g Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka piastowska 30 g Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, SEL***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 568** **Białko ogółem [g] 114,7** **Tłuszcz [g] 110,8** **Węglowodany ogółem [g] 305,8** **Sód [mg] 3 278** **Potas [mg] 4 788,8** **Wapń [mg] 658,9** **Fosfor [mg] 1 814,8** **Magnez [mg] 489,4** **Żelazo [mg] 15,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 380,9** **Witamina D [ug] 2,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,6** **Błonnik pokarmowy [g] 32,4** **Witamina C [mg] 178,7** **suma cukrów prostych [g] 38,5**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Twarożek z cebulką i pieprzem 80 g (***MLE, JAJ***) Pomidor 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***) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (***GLU***) Kasza gryczana nieprażona 180 g Kalafior 80 g (***MLE, 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 Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, SEL***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 405,9** **Białko ogółem [g] 109,8** **Tłuszcz [g] 109,5** **Węglowodany ogółem [g] 287,5** **Sód [mg] 3 300,5** **Potas [mg] 4 812** **Wapń [mg] 626,3** **Fosfor [mg] 1 982,9** **Magnez [mg] 541,1** **Żelazo [mg] 16,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 237,8** **Witamina D [ug] 2,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,1** **Błonnik pokarmowy [g] 44** **Witamina C [mg] 229,3** **suma cukrów prostych [g] 30,2**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Polędwica 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 ziemniaczana z pomidorami lekka 400 ml (***GLU, SEL***) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (***GLU***) Kasza gryczana nieprażona 180 g Buraczki gotowane 80 g (***MLE, GLU***) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (***SEL***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Winogrona 120 g Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka piastowska 30 g Pasztet domowy wypiek własny 50 g (***GLU, JAJ, SEL***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 571,7** **Białko ogółem [g] 118,1** **Tłuszcz [g] 108,6** **Węglowodany ogółem [g] 302,4** **Sód [mg] 2 753,2** **Potas [mg] 4 698,6** **Wapń [mg] 633,3** **Fosfor [mg] 1 712,1** **Magnez [mg] 424,1** **Żelazo [mg] 14,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 257,9** **Witamina D [ug] 2,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **Witamina C [mg] 168,3** **suma cukrów prostych [g] 37,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-02 środa	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 30 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g 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 z serem 240 g (***MLE, GLU, JAJ***) Sos jogurtowy 80 g (***MLE***) Surówka z marchwi z brzoskwinią 120 g (***MLE***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Sałatka z tuńczykiem i ryżem 150 g (***MLE, JAJ, RYB***) Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 508,1** **Białko ogółem [g] 98,9** **Tłuszcz [g] 98,7** **Węglowodany ogółem [g] 329,6** **Sód [mg] 3 641,4** **Potas [mg] 3 952,3** **Wapń [mg] 821,6** **Fosfor [mg] 1 661,3** **Magnez [mg] 360,7** **Żelazo [mg] 12,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 222,9** **Witamina D [ug] 4,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6** **Witamina C [mg] 182,3** **suma cukrów prostych [g] 75,3**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g Jajko 1 szt (***JAJ***) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa ogórkowa 400 ml (***MLE, SEL***) Naleśniki gryczane z serem b/c 2 szt (***MLE, JAJ, SOJ***) Sos jogurtowy b/c 80 g (***MLE***) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 120 g (***MLE***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Sałatka z tuńczykiem i ryżem brązowym 150 g (***MLE, JAJ, RYB***) Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 352,9** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 84,6** **Węglowodany ogółem [g] 336,2** **Sód [mg] 2 855,8** **Potas [mg] 4 672,9** **Wapń [mg] 952,6** **Fosfor [mg] 2 015,5** **Magnez [mg] 458,5** **Żelazo [mg] 15,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 261,6** **Witamina D [ug] 4,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,9** **Błonnik pokarmowy [g] 45** **Witamina C [mg] 202,7** **suma cukrów prostych [g] 46,6**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g 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 z serem 240 g (***MLE, GLU, JAJ***) Surówka z marchwi z brzoskwinią 120 g (***MLE***) Sos jogurtowy 80 g (***MLE***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 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***) Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 593,9** **Białko ogółem [g] 103,4** **Tłuszcz [g] 95,7** **Węglowodany ogółem [g] 348** **Sód [mg] 3 249,3** **Potas [mg] 3 746,2** **Wapń [mg] 803,8** **Fosfor [mg] 1 609,5** **Magnez [mg] 320,3** **Żelazo [mg] 12,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 029,1** **Witamina D [ug] 5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9** **Witamina C [mg] 178,6** **suma cukrów prostych [g] 74,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-03 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 kiszonego i rzodkiewki 70 g Bukiet warzyw(marchew, brokuł, kalafior) 80 g (***GLU***) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 421,3** **Białko ogółem [g] 97,6** **Tłuszcz [g] 87,6** **Węglowodany ogółem [g] 344,8** **Sód [mg] 3 006,8** **Potas [mg] 5 736** **Wapń [mg] 1 050,4** **Fosfor [mg] 1 692,2** **Magnez [mg] 425,8** **Żelazo [mg] 13,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 141,7** **Witamina D [ug] 1,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,3** **Błonnik pokarmowy [g] 39,3** **Witamina C [mg] 325,5** **suma cukrów prostych [g] 41,3**
	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***) Brokuły 80 g (***GLU***) Surówka z ogórka kiszonego i rzodkiewki 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Gruszka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Szynka drobiowa wędzona 30 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 257** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 91,4** **Węglowodany ogółem [g] 300,4** **Sód [mg] 2 944,1** **Potas [mg] 4 798,2** **Wapń [mg] 1 092,4** **Fosfor [mg] 1 733,8** **Magnez [mg] 441,2** **Żelazo [mg] 14,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 175** **Witamina D [ug] 1,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,4** **Błonnik pokarmowy [g] 46,3** **Witamina C [mg] 299,4** **suma cukrów prostych [g] 26,8**
	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***) Brokuły puree 80 g (***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***) Ser biały 80 g (***MLE***) Szynka drobiowa wędzona 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 414,3** **Białko ogółem [g] 105,3** **Tłuszcz [g] 92,6** **Węglowodany ogółem [g] 302** **Sód [mg] 2 621,1** **Potas [mg] 3 904,6** **Wapń [mg] 659,1** **Fosfor [mg] 1 452,7** **Magnez [mg] 286,7** **Żelazo [mg] 11,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 339,7** **Witamina D [ug] 2,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,8** **Witamina C [mg] 162,8** **suma cukrów prostych [g] 45,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-04 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	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ, GOR***) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 360,9** **Białko ogółem [g] 97,7** **Tłuszcz [g] 79,4** **Węglowodany ogółem [g] 345** **Sód [mg] 3 754** **Potas [mg] 5 823,3** **Wapń [mg] 673** **Fosfor [mg] 1 744,9** **Magnez [mg] 483,5** **Żelazo [mg] 13,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 875,3** **Witamina D [ug] 1,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,8** **Błonnik pokarmowy [g] 36,3** **Witamina C [mg] 226,3** **suma cukrów prostych [g] 61,4**
	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***) Ryż brązowy 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 z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ, GOR***) Szynka piastowska 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 032,9** **Białko ogółem [g] 91,1** **Tłuszcz [g] 81,7** **Węglowodany ogółem [g] 276,5** **Sód [mg] 3 679,3** **Potas [mg] 4 190,6** **Wapń [mg] 707,3** **Fosfor [mg] 1 895,9** **Magnez [mg] 489,4** **Żelazo [mg] 14** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 851,5** **Witamina D [ug] 1,9** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,4** **Błonnik pokarmowy [g] 45,1** **Witamina C [mg] 189,1** **suma cukrów prostych [g] 28,9**
	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	Banan 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] 2 424,2** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 78,9** **Węglowodany ogółem [g] 352,8** **Sód [mg] 3 332,7** **Potas [mg] 6 001,1** **Wapń [mg] 642,1** **Fosfor [mg] 1 708** **Magnez [mg] 432,5** **Żelazo [mg] 13,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 337,3** **Witamina D [ug] 2,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9** **Błonnik pokarmowy [g] 31,3** **Witamina C [mg] 251,6** **suma cukrów prostych [g] 59,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-05 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 pomidorowa z makaronem 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Filet z kurczaka soute 100 g (***GLU***) Ziemniaki 180 g Sos dyniowy z jogurtem 60 g (***MLE***) 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] 2 487,4** **Białko ogółem [g] 109,1** **Tłuszcz [g] 99,7** **Węglowodany ogółem [g] 320,1** **Sód [mg] 3 448,7** **Potas [mg] 5 278,2** **Wapń [mg] 755,2** **Fosfor [mg] 1 759,4** **Magnez [mg] 428,8** **Żelazo [mg] 14,3** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 735,9** **Witamina D [ug] 1,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,8** **Błonnik pokarmowy [g] 38,2** **Witamina C [mg] 290,4** **suma cukrów prostych [g] 34,9**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynkowa drobiowa 30 g Ser biały 80 g (***MLE***) Kapusta pekińska 30 g Rzodkiewka 70 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***MLE, GLU, SEL***) Filet z kurczaka soute 100 g (***GLU***) Kasza bulgur 180 g (***GLU***) 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] 2 296** **Białko ogółem [g] 106,7** **Tłuszcz [g] 98,1** **Węglowodany ogółem [g] 282** **Sód [mg] 3 166,4** **Potas [mg] 4 063** **Wapń [mg] 713,5** **Fosfor [mg] 1 794,5** **Magnez [mg] 419,4** **Żelazo [mg] 14,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 503,9** **Witamina D [ug] 1,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,3** **Błonnik pokarmowy [g] 42,3** **Witamina C [mg] 242,2** **suma cukrów prostych [g] 27,2**
	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 pomidorowa z makaronem lekkostrawna 400 ml (***GLU, SEL***) Filet z kurczaka soute 100 g (***GLU***) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 80 g Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (***MLE***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml Sos dyniowy z jogurtem 60 g (***MLE***)	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] 2 481,7** **Białko ogółem [g] 108,5** **Tłuszcz [g] 98,6** **Węglowodany ogółem [g] 313,4** **Sód [mg] 3 186,4** **Potas [mg] 5 030,8** **Wapń [mg] 705,8** **Fosfor [mg] 1 662,6** **Magnez [mg] 383,3** **Żelazo [mg] 12,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 997,1** **Witamina D [ug] 1,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4** **Witamina C [mg] 231,2** **suma cukrów prostych [g] 34,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-06 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 Twarożek z jabłkiem 80 g (***MLE***) 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 Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 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***) Kiełbasa 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] 2 278,8** **Białko ogółem [g] 102,8** **Tłuszcz [g] 88,4** **Węglowodany ogółem [g] 299** **Sód [mg] 3 392,2** **Potas [mg] 4 283,4** **Wapń [mg] 909,4** **Fosfor [mg] 1 690,4** **Magnez [mg] 357,9** **Żelazo [mg] 15,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 324,2** **Witamina D [ug] 2,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,2** **Błonnik pokarmowy [g] 35,9** **Witamina C [mg] 198** **suma cukrów prostych [g] 46,3**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka drobiowa wędzona 30 g Twarożek z jabłkiem b/c 80 g (***MLE***) 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***) Kiełbasa krakowska 30 g Pasta z sera żółtego 80 g (***MLE, JAJ***) Sałata lodowa 30 g Rzodkiewka 70 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 044,4** **Białko ogółem [g] 99** **Tłuszcz [g] 80,9** **Węglowodany ogółem [g] 272,6** **Sód [mg] 3 423** **Potas [mg] 4 794,6** **Wapń [mg] 930,3** **Fosfor [mg] 1 923,3** **Magnez [mg] 435,4** **Żelazo [mg] 16,3** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 784,7** **Witamina D [ug] 1,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,7** **Błonnik pokarmowy [g] 45,1** **Witamina C [mg] 208,5** **suma cukrów prostych [g] 28,3**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka drobiowa wędzona 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (***MLE***) 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 Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 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***) Kiełbasa krakowska 30 g Serek naturalny homogenizowany 80 g (***MLE***) Sałata lodowa 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 264,8** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 81,2** **Węglowodany ogółem [g] 299,7** **Sód [mg] 2 501,6** **Potas [mg] 4 115,1** **Wapń [mg] 654,1** **Fosfor [mg] 1 442,9** **Magnez [mg] 306,3** **Żelazo [mg] 12,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 208,3** **Witamina D [ug] 1,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,8** **Witamina C [mg] 175,5** **suma cukrów prostych [g] 46,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-07 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 Jajko 1 szt (***JAJ***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa krupnik 400 ml (***GLU, SEL***) Stek górski siekany z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki 180 g Kapusta kiszona zasmażana 80 g (***GLU***) Surówka porowo-warzywna 70 g (***MLE, JAJ***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 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 Pasztet z tuńczyka 80 g (***MLE, GLU, JAJ, RYB***) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 572,6** **Białko ogółem [g] 100,8** **Tłuszcz [g] 111,2** **Węglowodany ogółem [g] 320,7** **Sód [mg] 3 168,1** **Potas [mg] 5 318,9** **Wapń [mg] 643,6** **Fosfor [mg] 1 654,4** **Magnez [mg] 399,8** **Żelazo [mg] 15,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 833,2** **Witamina D [ug] 6,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32,8** **Witamina C [mg] 366,5** **suma cukrów prostych [g] 36,1**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Schab na kartki 30 g Jajko 1 szt (***JAJ***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa krupnik 400 ml (***GLU, SEL***) Stek górski siekany z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ryż brązowy 180 g Surówka porowo-warzywna b/c 70 g (***MLE, JAJ***) Kapusta kiszona zasmażana 80 g (***GLU***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb razowy 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 30 g Pasztet z tuńczyka 80 g (***MLE, GLU, JAJ, RYB***) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 445,8** **Białko ogółem [g] 95,8** **Tłuszcz [g] 114,2** **Węglowodany ogółem [g] 301,3** **Sód [mg] 3 094,9** **Potas [mg] 4 404,1** **Wapń [mg] 667,2** **Fosfor [mg] 1 835** **Magnez [mg] 464,7** **Żelazo [mg] 16,2** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 814,2** **Witamina D [ug] 6,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,3** **Błonnik pokarmowy [g] 43,7** **Witamina C [mg] 324,5** **suma cukrów prostych [g] 28,7**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Schab na kartki 30 g Jajko 1 szt (***JAJ***) 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***) Seler z pomidorami 80 g (***SEL***) Kompot wiśniowy b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Zielonogórska 30 g Pasztet z tuńczyka 50 g (***MLE, GLU, JAJ, RYB***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 463,6** **Białko ogółem [g] 94,8** **Tłuszcz [g] 99,2** **Węglowodany ogółem [g] 320,7** **Sód [mg] 3 232,1** **Potas [mg] 5 158,6** **Wapń [mg] 582,4** **Fosfor [mg] 1 500** **Magnez [mg] 359,7** **Żelazo [mg] 13,6** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 252,4** **Witamina D [ug] 4,8** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **Witamina C [mg] 247,5** **suma cukrów prostych [g] 38,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-08 wtorek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU***) Pieczywo razowe 35 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g Mozarella kulki mini 50 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz ukraiński 400 ml (***MLE, SEL***) Filet z kurczaka w sosie słodko kwaśnym 180 g (***GLU***) Ryż paraboliczny 180 g Brokuły 80 g (***GLU***) Surówka colesław 70 g (***JAJ, GOR***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Melon 200 g Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Pieczywo razowe 40 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (***JAJ, S02***) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 382,1** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 95,8** **Węglowodany ogółem [g] 312,9** **Sód [mg] 3 346,6** **Potas [mg] 5 409,1** **Wapń [mg] 724** **Fosfor [mg] 1 722,8** **Magnez [mg] 483,4** **Żelazo [mg] 15,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 557,5** **Witamina D [ug] 2,3** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 45,2** **Błonnik pokarmowy [g] 38,6** **Witamina C [mg] 286,6** **suma cukrów prostych [g] 46,7**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g Mozarella kulki mini 50 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz ukraiński 400 ml (***MLE, SEL***) Potrawka z fileta z kurczaka lekka 180 g (***MLE, GLU, SEL***) Ryż brązowy 180 g Surówka colesław b/c 70 g (***JAJ, GOR***) Brokuły 80 g (***GLU***) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (***JAJ, S02***) Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 272,3** **Białko ogółem [g] 99,8** **Tłuszcz [g] 91,5** **Węglowodany ogółem [g] 311,6** **Sód [mg] 2 855,6** **Potas [mg] 5 053,1** **Wapń [mg] 726,2** **Fosfor [mg] 1 947** **Magnez [mg] 504,6** **Żelazo [mg] 17,3** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 808,2** **Witamina D [ug] 2,2** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,3** **Błonnik pokarmowy [g] 51** **Witamina C [mg] 223,9** **suma cukrów prostych [g] 34,2**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU***) Kajzerka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Wędzonka krotoszyńska 30 g Mozarella kulki mini 50 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Barszcz czerwony lekkostrawny 400 ml (***SEL***) Potrawka z fileta z kurczaka lekka 180 g (***MLE, GLU, SEL***) Ryż paraboliczny 180 g Brokuły puree 80 g (***GLU***) Sałatka z pomidora 70 g 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] 2 295,7** **Białko ogółem [g] 101,3** **Tłuszcz [g] 89,6** **Węglowodany ogółem [g] 296,8** **Sód [mg] 3 138,2** **Potas [mg] 5 214** **Wapń [mg] 691,5** **Fosfor [mg] 1 621,4** **Magnez [mg] 425,5** **Żelazo [mg] 14,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 199,9** **Witamina D [ug] 2,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,7** **Błonnik pokarmowy [g] 32** **Witamina C [mg] 241,1** **suma cukrów prostych [g] 44,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-09 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 - łososiowa z koperkiem 80 g (***MLE, RYB***) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa kalafiorowa 400 ml (***MLE, SEL***) Leczo 180 g (***GLU***) Makaron kolanka 180 g (***GLU***) Mieszanka europejska (brokuł, marchew żółta, marchew pomarańczowa, groszek) 80 g Surówka z marchwi i jabłka z chrzanem 70 g (***MLE, S02***) 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***) Pyzdra szynkowa 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (***MLE, JAJ***) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 556,2** **Białko ogółem [g] 119,4** **Tłuszcz [g] 111,7** **Węglowodany ogółem [g] 296,9** **Sód [mg] 3 158,4** **Potas [mg] 4 885** **Wapń [mg] 830,6** **Fosfor [mg] 1 841,8** **Magnez [mg] 422,4** **Żelazo [mg] 13,1** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 908,9** **Witamina D [ug] 4,6** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,1** **Witamina C [mg] 236,8** **suma cukrów prostych [g] 42,2**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***MLE, RYB***) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa kalafiorowa 400 ml (***MLE, SEL***) Leczo 180 g (***GLU***) Pomidory zapiekane 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 70 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 250 ml Makaron razowy 180 g (***GLU***)	Mandarynka 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Ser żółty 30 g (***MLE***) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (***MLE, JAJ***) Ogórek 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 431,4** **Białko ogółem [g] 114,1** **Tłuszcz [g] 113,7** **Węglowodany ogółem [g] 275,9** **Sód [mg] 2 876,3** **Potas [mg] 4 928,6** **Wapń [mg] 998,6** **Fosfor [mg] 2 006,7** **Magnez [mg] 448,6** **Żelazo [mg] 14,4** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 880,5** **Witamina D [ug] 4,1** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,2** **Błonnik pokarmowy [g] 40,5** **Witamina C [mg] 242,9** **suma cukrów prostych [g] 32,8**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	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 gotowana 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (***MLE, GLU, SEL***)	Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400 ml (***SEL***) Leczo lekkostrawne 180 g Makaron kolanka 180 g (***GLU***) Mieszanka europejska (brokuł, marchew żółta, marchew pomarańczowa, groszek) 80 g 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***) Pyzdra szynkowa 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (***MLE, JAJ***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 536,9** **Białko ogółem [g] 115,6** **Tłuszcz [g] 107,6** **Węglowodany ogółem [g] 298,4** **Sód [mg] 2 728,6** **Potas [mg] 4 736,3** **Wapń [mg] 704,3** **Fosfor [mg] 1 604,4** **Magnez [mg] 352** **Żelazo [mg] 11,9** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 442,6** **Witamina D [ug] 4,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2** **Witamina C [mg] 204,9** **suma cukrów prostych [g] 41,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-01 do dnia 2025-04-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-04-10 czwartek	LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 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***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki 180 g Marchewka plastry 80 g Surówka z kapusty czerwonej 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) 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***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 693** **Białko ogółem [g] 112,6** **Tłuszcz [g] 92,4** **Węglowodany ogółem [g] 379,9** **Sód [mg] 2 901,6** **Potas [mg] 5 653** **Wapń [mg] 629,8** **Fosfor [mg] 1 782,1** **Magnez [mg] 453,7** **Żelazo [mg] 12,7** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 072,1** **Witamina D [ug] 1,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,5** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1** **Witamina C [mg] 167,1** **suma cukrów prostych [g] 60,9**
	LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa	Pieczywo razowe 80 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g Ser biały 80 g (***MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (***MLE***)	Zupa zacierkowa 400 ml (***GLU, SEL***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Kasza pęczak 180 g (***GLU***) Dynia gotowana z cukinią 80 g (***GLU***) Surówka z kapusty czerwonej b/c 100 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt Pieczywo razowe 120 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	**Energia [kcal] 2 431,4** **Białko ogółem [g] 109,7** **Tłuszcz [g] 94,9** **Węglowodany ogółem [g] 324,5** **Sód [mg] 3 051,9** **Potas [mg] 4 590,3** **Wapń [mg] 754,9** **Fosfor [mg] 1 965,8** **Magnez [mg] 456** **Żelazo [mg] 14,8** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 406,4** **Witamina D [ug] 1,5** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9** **Błonnik pokarmowy [g] 42,1** **Witamina C [mg] 222,2** **suma cukrów prostych [g] 31,7**
	LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (***GLU***) Bułka wrocławska 40 g (***GLU***) Grahamka 1 szt (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 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***) Antrykot z kurczaka z pieca 100 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki 180 g Marchewka plastry 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (***GLU***) Bułka wrocławska 60 g (***GLU***) Masło 20 g (***MLE***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (***MLE, JAJ***) Polędwica drobiowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	**Energia [kcal] 2 727,2** **Białko ogółem [g] 113,7** **Tłuszcz [g] 92,8** **Węglowodany ogółem [g] 383,8** **Sód [mg] 2 896,5** **Potas [mg] 5 787** **Wapń [mg] 623,1** **Fosfor [mg] 1 724,3** **Magnez [mg] 439,8** **Żelazo [mg] 13,3** **Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 129,6** **Witamina D [ug] 1,7** **kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2** **Witamina C [mg] 153,7** **suma cukrów prostych [g] 64,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

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,
MIĘ - 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,