

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | 1 | 3 | 5 | 7 |
|------------------|------------------------------------|--|---|---|--|
| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
| 2025-06-11 środa | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Mozarella kulki mini 50 g Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Żurek z jajkiem 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, S02) Kurczak po kujawsku 140 g (GLU, JAJ, GOR) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Surówka z kapusty włoskiej z ogórkiem 70 g (MLE, JAJ, GOR) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml | Nektarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka drwala 150 g (MLE, JAJ, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g | Energia [kcal] 2 812,1 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 133,8 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 3 172,7 Potas [mg] 6 058,9 Wapń [mg] 731,2 Fosfor [mg] 1 863,2 Magnez [mg] 450,9 Żelazo [mg] 16,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 921,4 Witamina D [ug] 4,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 58,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Witamina C [mg] 380,2 suma cukrów prostych [g] 50,5 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Chleb razowy 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Mozarella kulki mini 50 g Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Żurek z jajkiem 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, S02) Kurczak po kujawsku 140 g (GLU, JAJ, GOR) Kasza pęczak 140 g (GLU) Surówka z kapusty włoskiej z ogórkiem b/c 70 g (MLE, JAJ, GOR) Brokuły 80 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml | Nektarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka drwala 150 g (MLE, JAJ, GOR) Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt | Energia [kcal] 2 639,7 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 135,5 Węglowodany ogółem [g] 283 Sód [mg] 3 137,5 Potas [mg] 4 998,5 Wapń [mg] 735,5 Fosfor [mg] 2 016,5 Magnez [mg] 475,2 Żelazo [mg] 16,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 994,3 Witamina D [ug] 4,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 58,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Witamina C [mg] 365,4 suma cukrów prostych [g] 31,6 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Mozarella kulki mini 50 g Szynka delikatesowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Kurczak pieczony (udziec) 140 g Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 80 g (MLE, GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g (SEL) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+p orzeczka) b/c 250 ml | Nektarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka makaronowa z szynką lekka 150 g (MLE, GLU, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g | Energia [kcal] 2 417,8 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 3 352,5 Potas [mg] 5 341 Wapń [mg] 558,8 Fosfor [mg] 1 443,1 Magnez [mg] 352,9 Żelazo [mg] 14,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 417,2 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 47,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Witamina C [mg] 207 suma cukrów prostych [g] 47,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|---------------------|------------------------------------|--|---|--|--|
| 2025-06-12 czwartek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Kremowa zupa z kielbasą 400 ml (MLE, GLU, SEL) Makaron zapiekany z serem 300 g (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowy 80 g (MLE) Mus z jabłek pieczonych 120 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) Pasta z makrelą lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 731,8 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 101,5 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Sód [mg] 3 297,5 Potas [mg] 4 537,6 Wapń [mg] 872,7 Fosfor [mg] 1 923,5 Magnez [mg] 373,2 Żelazo [mg] 13,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 366,2 Witamina D [ug] 4,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Witamina C [mg] 213,3 suma cukrów prostych [g] 84,4 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Kremowa zupa z kielbasą 400 ml (MLE, GLU, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/c 2 szt (MLE) Sos jogurtowy b/c 80 g (MLE) Mus z jabłek pieczonych 120 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g Pasta z makrelą lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt | Energia [kcal] 2 300 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 281,6 Sód [mg] 3 265 Potas [mg] 4 875,5 Wapń [mg] 885,3 Fosfor [mg] 1 944,7 Magnez [mg] 433,6 Żelazo [mg] 14,3 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 172,1 Witamina D [ug] 3,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Witamina C [mg] 305,8 suma cukrów prostych [g] 50,7 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa 80 % 30 g Mięso pieczone plasterki (schab) 30 g 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) Makaron zapiekany z serem 300 g (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowy 80 g (MLE) Mus z jabłek pieczonych 120 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z makrelą lekka 80 g (MLE, JAJ, RYB) Krakowska wieprzowa (Kaziuk) 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 547,1 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Sód [mg] 2 318,9 Potas [mg] 4 136,7 Wapń [mg] 816,6 Fosfor [mg] 1 691,3 Magnez [mg] 294,7 Żelazo [mg] 11,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 967,1 Witamina D [ug] 3,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Witamina C [mg] 160,1 suma cukrów prostych [g] 83,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|-------------------|------------------------------------|--|--|---|--|
| 2025-06-13 piątek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 20 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, GOR) Szynka wieprzowa 80% 30 g Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka colesław z młodej kapusty 70 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, ORZ) Szynkowa drobiowa 30 g Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt | Energia [kcal] 2 615,1 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 365,2 Sód [mg] 3 108,5 Potas [mg] 6 159,3 Wapń [mg] 708 Fosfor [mg] 1 810,8 Magnez [mg] 503,2 Żelazo [mg] 15,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 641,8 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Witamina C [mg] 205,5 suma cukrów prostych [g] 65,3 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Szynka wieprzowa 80% 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Botwinka 400 ml (MLE, GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Dyńa gotowana z cukinią 80 g (GLU) Surówka colesław z młodej kapusty b/c 70 g (JAJ, GOR) Kompot wiśniowy b/c 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek orzechowy 80 g (MLE, JAJ, ORZ) Szynkowa drobiowa 30 g Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Truskawki 150 g | Energia [kcal] 2 265,7 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 294 Sód [mg] 3 169,3 Potas [mg] 4 861,2 Wapń [mg] 805,4 Fosfor [mg] 1 950,3 Magnez [mg] 477,7 Żelazo [mg] 17,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 942,6 Witamina D [ug] 2,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Witamina C [mg] 259,3 suma cukrów prostych [g] 31,4 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pyszka szynkowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Botwina lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana 80 g (GLU) Surówka z cukinii 70 g (MLE) Kompot wiśniowy b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa drobiowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt | Energia [kcal] 2 498,8 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 360 Sód [mg] 3 419,9 Potas [mg] 5 970,3 Wapń [mg] 652,4 Fosfor [mg] 1 694,1 Magnez [mg] 464,5 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 903,4 Witamina D [ug] 2,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Witamina C [mg] 171,5 suma cukrów prostych [g] 62,8 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|-------------------|------------------------------------|--|--|---|--|
| 2025-06-14 sobota | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Mięsiwo z zalewy 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Surówka z selera z rodzynką 70 g (MLE, SEL) Kalafior 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Smarowidło z szynki lekki 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 346,6 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Sód [mg] 4 049,6 Potas [mg] 4 423,1 Wapń [mg] 824,5 Fosfor [mg] 1 769,3 Magnez [mg] 407 Żelazo [mg] 12,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 088,2 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 43,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Witamina C [mg] 189,7 suma cukrów prostych [g] 35,8 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Mięsiwo z zalewy 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera b/c 70 g (MLE, SEL) Kalafior 80 g (MLE, GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Smarowidło z szynki lekki 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sód [mg] 3 493,4 Potas [mg] 4 638,7 Wapń [mg] 826,6 Fosfor [mg] 1 940,8 Magnez [mg] 462,3 Żelazo [mg] 14,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 055,3 Witamina D [ug] 1,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Witamina C [mg] 193,6 suma cukrów prostych [g] 29,3 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Mięsiwo z zalewy 30 g Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g (GLU) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ryż paraboliczny 180 g Surówka z selera z rodzynką 70 g (MLE, SEL) Kalafior puree 80 g Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka na kartki 30 g Smarowidło z szynki lekki 80 g (MLE, JAJ) Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 406,1 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Sód [mg] 3 710,5 Potas [mg] 4 292,7 Wapń [mg] 602 Fosfor [mg] 1 634,1 Magnez [mg] 359,9 Żelazo [mg] 11,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 095,4 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,2 Błonnik pokarmowy [g] 30 Witamina C [mg] 151,6 suma cukrów prostych [g] 45,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|----------------------|------------------------------------|---|---|---|--|
| 2025-06-15 niedziela | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Zupa pejazanka 400 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Brokuły 80 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) Polędwica drobiowa 80% 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Dip koperkowy 30 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 321,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Sód [mg] 2 600 Potas [mg] 5 456,6 Wapń [mg] 679,6 Fosfor [mg] 1 720,2 Magnez [mg] 387 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 725,9 Witamina D [ug] 2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Witamina C [mg] 344,5 suma cukrów prostych [g] 39,5 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Zupa pejazanka 400 ml (MLE, SEL) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) Kasza gryczana nieprażona 180 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem b/c 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Dip koperkowy 30 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Papryka 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 183,7 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 288,4 Sód [mg] 2 529,6 Potas [mg] 4 690,6 Wapń [mg] 695,1 Fosfor [mg] 2 003,8 Magnez [mg] 507,6 Żelazo [mg] 15,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 672,8 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Witamina C [mg] 305 suma cukrów prostych [g] 29,6 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Wędzonka krotoszyńska 30 g Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Zupa kalafiorowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Brokuły puree 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Polędwica drobiowa 80% 30 g Jajko 1 szt (JAJ) Dip koperkowy 30 g (MLE, JAJ) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 277 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 2 540,3 Potas [mg] 4 876,2 Wapń [mg] 614,2 Fosfor [mg] 1 532,8 Magnez [mg] 326,1 Żelazo [mg] 11,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 234,2 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Witamina C [mg] 218,6 suma cukrów prostych [g] 37,9 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|-------------------------|------------------------------------|---|---|---|---|
| 2025-06-16 poniedziałek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa żywiecka 30 g Ser biały 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Kotlet a la melba z mozarellą 100 g (MLE, GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem 150 g (MLE, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g | Energia [kcal] 2 559,9 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 341,6 Sód [mg] 3 506,1 Potas [mg] 5 208 Wapń [mg] 728,8 Fosfor [mg] 1 799,6 Magnez [mg] 452,1 Żelazo [mg] 14,8 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 444,9 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Witamina C [mg] 282,1 suma cukrów prostych [g] 36,5 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Kielbasa żywiecka 30 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL) Kotlet a la melba z mozarellą 100 g (MLE, GLU, JAJ) Kasza bulgur 180 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Cukinia duszona ze szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem brązowym 150 g (MLE, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Truskawki 150 g | Energia [kcal] 2 438,3 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 3 517,9 Potas [mg] 4 282,4 Wapń [mg] 747,7 Fosfor [mg] 1 937 Magnez [mg] 473,3 Żelazo [mg] 16,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 591,2 Witamina D [ug] 3,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Witamina C [mg] 239,6 suma cukrów prostych [g] 30,1 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Kielbasa żywiecka 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (SEL) Kotlet a la melba z mozarellą 100 g (MLE, GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Trio warzywne (marchewka, fasolka, groszek) 80 g (GLU) Sałata 50 g Sos jogurtowy grecki 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem lekka 150 g (MLE, JAJ, RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Truskawki 150 g | Energia [kcal] 2 634,7 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 356,3 Sód [mg] 3 097,5 Potas [mg] 5 091,6 Wapń [mg] 692,7 Fosfor [mg] 1 738,3 Magnez [mg] 414,5 Żelazo [mg] 15,2 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 333,7 Witamina D [ug] 4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Witamina C [mg] 284,5 suma cukrów prostych [g] 35,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|-------------------|------------------------------------|--|---|--|--|
| 2025-06-17 wtorek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Pieczywo razowe 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z zalewy 30 g Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (JAJ, S02) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g | Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu zapiekana z serem i pieczarkami 100 g (MLE, GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Mieszanka warzyw gotowanych 80 g (GLU) Carpaccio z buraczków 70 g (ORZ, SEZ) Kompot truskawkowy b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g | Energia [kcal] 2 634,2 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 116,7 Węglowodany ogółem [g] 297,9 Sód [mg] 3 023,7 Potas [mg] 4 886,6 Wapń [mg] 869,6 Fosfor [mg] 1 912,3 Magnez [mg] 432,5 Żelazo [mg] 18,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 115,1 Witamina D [ug] 4,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 46,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Witamina C [mg] 193,9 suma cukrów prostych [g] 48,8 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z zalewy 30 g Pasta jajeczna z chrzanem 80 g (JAJ, S02) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt | Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, SEL) Bitka ze schabu zapiekana z serem i pieczarkami 100 g (MLE, GLU) Ryż brązowy 180 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Mieszanka warzyw gotowanych 80 g (GLU) Kompot truskawkowy b/c 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek naturalny homogenizowany 80 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Pomarańcza 1 szt | Energia [kcal] 2 496,3 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 114,2 Węglowodany ogółem [g] 289,1 Sód [mg] 3 331 Potas [mg] 4 716,5 Wapń [mg] 896,4 Fosfor [mg] 2 076,4 Magnez [mg] 483,7 Żelazo [mg] 17,7 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 867,9 Witamina D [ug] 4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 48,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Witamina C [mg] 250,9 suma cukrów prostych [g] 27,7 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 70 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z zalewy 30 g Pasta jajeczna lekkostrawna 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g | Zupa szpinakowa lekkostrawna 400 ml (SEL) Bitka wieprzowa ze schabu 100 g (GLU) Kasza kuskus 180 g (GLU) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Sałatka z buraka 70 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (SEL) Kompot truskawkowy b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Schab na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g | Energia [kcal] 2 588,8 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 111,1 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Sód [mg] 2 502 Potas [mg] 4 747,2 Wapń [mg] 691 Fosfor [mg] 1 706,2 Magnez [mg] 396,8 Żelazo [mg] 17,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 146,8 Witamina D [ug] 3,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Witamina C [mg] 180,3 suma cukrów prostych [g] 49,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|------------------|------------------------------------|--|---|---|--|
| 2025-06-18 środa | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g Twarożek z ricottą 80 g (MLE) Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kotlet de volaille z pieca 100 g (MLE, GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Brokuły sezamowe 80 g (SEZ) 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) Paszтет domowy wypiek własny 80 g (GLU, JAJ, SEL) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 754,5 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 137,7 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Sód [mg] 3 181,2 Potas [mg] 4 807 Wapń [mg] 629,4 Fosfor [mg] 1 671,5 Magnez [mg] 377,3 Żelazo [mg] 14 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 810,9 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Witamina C [mg] 223,2 suma cukrów prostych [g] 36,7 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g Twarożek z ricottą 80 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kotlet de volaille z pieca 100 g (MLE, GLU, JAJ) Kasza bulgur 180 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Brokuły sezamowe 80 g (SEZ) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paszтет domowy wypiek własny 80 g (GLU, JAJ, SEL) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 595,8 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 139,2 Węglowodany ogółem [g] 271,1 Sód [mg] 3 112,3 Potas [mg] 3 834 Wapń [mg] 647,6 Fosfor [mg] 1 771,4 Magnez [mg] 389,1 Żelazo [mg] 15,1 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 810,1 Witamina D [ug] 1,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 40 Witamina C [mg] 181,2 suma cukrów prostych [g] 28,9 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g Twarożek z ricottą 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa pomidorowa z ryżem lekkostrawna 400 ml (SEL) Kotlet de volaille z pieca 100 g (MLE, GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Surówka z selera i marchewki 70 g (MLE, SEL) Brokuły puree 80 g (GLU) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paszтет domowy wypiek własny 80 g (GLU, JAJ, SEL) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałata lodowa 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 774,7 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 133,4 Węglowodany ogółem [g] 315,1 Sód [mg] 3 063,2 Potas [mg] 4 916,9 Wapń [mg] 613,8 Fosfor [mg] 1 590,8 Magnez [mg] 342,9 Żelazo [mg] 13,4 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 091,1 Witamina D [ug] 1,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Witamina C [mg] 221,2 suma cukrów prostych [g] 37,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|---------------------|------------------------------------|---|--|--|--|
| 2025-06-19 czwartek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab z zalewy 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Krem z cukinii 400 ml (MLE, GLU, SEL) Groszek ptysiowy 15 g (MLE, GLU, JAJ) Sos boloński 180 g (SEL) Makaron spaghetti 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 30 g Ser biały 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Morele 100 g | Energia [kcal] 2 498,8 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 116,5 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Sód [mg] 3 298,9 Potas [mg] 3 930,9 Wapń [mg] 914,8 Fosfor [mg] 1 596,3 Magnez [mg] 361,9 Żelazo [mg] 12,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 088,7 Witamina D [ug] 2,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Witamina C [mg] 111,1 suma cukrów prostych [g] 39,6 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab z zalewy 30 g Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Krem z cukinii 400 ml (MLE, GLU, SEL) Grzanki pełnoziarniste 30 g (GLU) Sos boloński z indyka. 180 g (SEL) Makaron spaghetti pełnoziarnisty 180 g Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g (MLE, JAJ, SEL) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Morele 100 g | Energia [kcal] 2 169,6 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Sód [mg] 3 417,7 Potas [mg] 4 401,4 Wapń [mg] 921,9 Fosfor [mg] 1 898,8 Magnez [mg] 456,9 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 798,1 Witamina D [ug] 1,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Witamina C [mg] 110,5 suma cukrów prostych [g] 28,1 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab z zalewy 30 g Serek waniliowy homogenizowany 80 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE) | Krem z cukinii łatwostrawny z jogurtem 400 ml (MLE, GLU, SEL) Grzanki 15 g (GLU) Sos boloński 180 g (SEL) Makaron spaghetti 180 g (GLU) Fasolka szparagowa 80 g (MLE, GLU) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, JAJ, SEL) Kompot owocowy(wiśnia+jabłko) b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka drobiowa gotowana 30 g Ser biały 80 g (MLE) Sałata 30 g Pomidor 70 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Morele 100 g | Energia [kcal] 2 533,1 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 107,1 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Sód [mg] 2 509,5 Potas [mg] 4 002,6 Wapń [mg] 708,6 Fosfor [mg] 1 481,3 Magnez [mg] 302,9 Żelazo [mg] 11,9 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 028,3 Witamina D [ug] 2,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Witamina C [mg] 125,3 suma cukrów prostych [g] 50,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-20 KUCHNIA GŁÓWNA

| | | | | | |
|-------------------|------------------------------------|--|---|---|--|
| 2025-06-20 piątek | LUXMED Podstawowa wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Knedle 300 g Sos jogurtowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Pieczywo razowe 40 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Sałatka jajeczna lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 641,4 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 379,2 Sód [mg] 3 237,5 Potas [mg] 4 512,1 Wapń [mg] 812,6 Fosfor [mg] 1 514,4 Magnez [mg] 330,8 Żelazo [mg] 14,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 462,7 Witamina D [ug] 3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 53,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Witamina C [mg] 224,7 suma cukrów prostych [g] 67,3 |
| | LUXMED Cukrzycowa -wysokobiałkowa | Pieczywo razowe 80 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL) Risotto (ryż brązowy) lekkie 300 g (SEL) Pomidory zapiekane 80 g Sałata lodowa 50 g Sos jogurtowy b/c 20 g (MLE) Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Sałatka jajeczna lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ) Rzodkiewka 70 g Kapusta pekińska 30 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt | Energia [kcal] 2 382,8 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 112,2 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Sód [mg] 3 420,3 Potas [mg] 4 986,6 Wapń [mg] 788,4 Fosfor [mg] 1 925 Magnez [mg] 464,6 Żelazo [mg] 18,5 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 795,1 Witamina D [ug] 3,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,5 Witamina C [mg] 254,5 suma cukrów prostych [g] 36 |
| | LUXMED Łatwostrawna-wysokobiałkowa | Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Zielonogórska 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c. 250 ml (MLE, GLU, SEL) | Zupa brokułowa lekkostrawna 400 ml (GLU, SEL) Knedle 300 g Sos jogurtowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Kompot porzeczkowy bez cukru 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka wrocławska 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g Sałatka jajeczna lekkostrawna 150 g (MLE, JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Arbuz 150 g | Energia [kcal] 2 635,2 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 377,4 Sód [mg] 3 210,2 Potas [mg] 4 337,6 Wapń [mg] 756,5 Fosfor [mg] 1 442,4 Magnez [mg] 308,2 Żelazo [mg] 13,6 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 543,3 Witamina D [ug] 2,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Witamina C [mg] 210,5 suma cukrów prostych [g] 66,3 |

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,