

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos serowo-brokulowy 100ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Mandarynka świeża 70g, Kompot owocowy 250ml,	Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Bułka pszenna 150g (GLU), Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2549.39 kcal; Białko ogółem: 70.27 g; Tłuszcz: 106.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.83 g; Węglowodany ogółem: 1043.81 g; suma cukrów prostych: 557.83 g; Błonnik pokarmowy: 136.21 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 60g (SEL), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa krem marchewkowa 400g (GLU, SOJ, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos jarzynowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA, SEL), Banan 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 60g, Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2610.41 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 106.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.52 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; suma cukrów prostych: 75.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Budyń bez cukru 150g,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos serowo-brokulowy 100ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Mandarynka świeża 150g, Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2506.53 kcal; Białko ogółem: 62.11 g; Tłuszcz: 95.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 379.08 g; suma cukrów prostych: 61.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 100ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2463.53 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 98.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; suma cukrów prostych: 68.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 100ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2463.53 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 98.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; suma cukrów prostych: 68.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Budyń 150g,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 100ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g, Podwieczorek: Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2729.75 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 107.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.65 g; Węglowodany ogółem: 388.34 g; suma cukrów prostych: 93.72 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21 Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Pomidor 60g , Pasta z kukurydzy 50g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron z pesto 300g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2209.65 kcal; Białko ogółem: 48.17 g; Tłuszcz: 82.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 342.83 g; suma cukrów prostych: 54.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;		
piątek 2024-03-22 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2541.51 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 103.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; suma cukrów prostych: 50.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.27 g;		
piątek 2024-03-22 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Dynia parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 60g (SEL), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2493.48 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 84.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 371.47 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;		
piątek 2024-03-22 Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2423.13 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 101.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; suma cukrów prostych: 28.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;		
piątek 2024-03-22 Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Herbata 250ml , Mix do smarowania 20g (BIA), Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Ogórki zielone 60g , Ser fromage 40g , Sałata 15g ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.63 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 100.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 339.89 g; suma cukrów prostych: 49.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-22		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2425.41 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz: 95.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 336.85 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g (GLU, ORZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2622.24 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 102.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 367.18 g; suma cukrów prostych: 62.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Kotlet z selera 70g (SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Sałatka makaronowa z majonezem 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1916.15 kcal; Białko ogółem: 41.43 g; Tłuszcz: 62.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.30 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; suma cukrów prostych: 49.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2313.58 kcal; Białko ogółem: 68.36 g; Tłuszcz: 91.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 327.04 g; suma cukrów prostych: 22.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.40 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g (GLU, SEL), Włoszczyzna parowana 150g (SEL),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Brokuł parowany 150g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2224.89 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 78.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 333.21 g; suma cukrów prostych: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Suchary 40g (GLU),	Herbata 200ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Podwieczorek: Kefir naturalny 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2546.12 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 106.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; suma cukrów prostych: 25.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pomidor 60g, Miód 25g 1szt, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Gulasz Warzywny z Tofu 150g (GLU, SOJ, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2308.01 kcal; Białko ogółem: 54.53 g; Tłuszcz: 67.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 401.04 g; suma cukrów prostych: 22.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2413.39 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 103.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 324.43 g; suma cukrów prostych: 20.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Musztarda 15g (GOR), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Suchary 40g (GLU),	Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g 150g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Podwieczorek: Kasza manna z syropem 150g (GLU, BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2383.63 kcal; Białko ogółem: 75.32 g; Tłuszcz: 109.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; suma cukrów prostych: 41.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;		
sobota 2024-03-23		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Miód 25g 1szt, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 250g (GLU), Gulasz Warzywny z Tofu 150g (GLU, SOJ, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g (ZIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2279.72 kcal; Białko ogółem: 50.35 g; Tłuszcz: 53.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 428.25 g; suma cukrów prostych: 16.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 150g (GLU), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g (GLU, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 150g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2389.50 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 92.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; suma cukrów prostych: 43.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g;		
niedziela 2024-03-24 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g (GLU, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew gotowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Cukinia parowana 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2638.07 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 80.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 403.34 g; suma cukrów prostych: 86.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;		
niedziela 2024-03-24 Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kanapka z pastą z ciecierzycy i łososia 80g (RYB, SOJ, SEL),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g (GLU, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z białym serem 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2348.55 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 84.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; suma cukrów prostych: 40.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;		
niedziela 2024-03-24 Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Ogórki kiszzone 60g , Pasta z bobu 50g , Szpinak świeży 15g , Mix do smarowania 20g (BIA),	Bulion warzywny z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Tofu 70g (SOJ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1934.34 kcal; Białko ogółem: 56.23 g; Tłuszcz: 69.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; suma cukrów prostych: 37.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;		
niedziela 2024-03-24 Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g (GLU, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2259.25 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 85.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 298.59 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Kanapka z dżemem 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g (GLU, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Owoc 100g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretką owocową 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2588.47 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 97.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; suma cukrów prostych: 72.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Pasta z bobu 50g , Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml ,	Bulion warzywny z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Tofu 70g (SOJ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Paszтет sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretką owocową 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1779.66 kcal; Białko ogółem: 54.77 g; Tłuszcz: 55.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.60 g; Węglowodany ogółem: 290.94 g; suma cukrów prostych: 33.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Cukinia parowana 100g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Balleroni z indyka 40g (SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna mrożona 60g (SEL), Mix sałat 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2310.90 kcal; Białko ogółem: 69.30 g; Tłuszcz: 75.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 355.12 g; suma cukrów prostych: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Włoszczyzna mrożona 60g (SEL), Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Cukinia parowana 100g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica wiśniowa 40g , Włoszczyzna mrożona 60g (SEL), Mix sałat 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2268.87 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 70.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 353.35 g; suma cukrów prostych: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Podwieczerek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Balleroni z indyka 40g (SOJ, BIA, SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z szynką 80g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2148.38 kcal; Białko ogółem: 67.75 g; Tłuszcz: 66.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; suma cukrów prostych: 41.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Ryż biały na sypko 250g, Sos curry z ciecierzycą 150g (GLU), Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z czerwonej fasoli 50g (SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2198.28 kcal; Białko ogółem: 55.80 g; Tłuszcz: 60.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 386.54 g; suma cukrów prostych: 41.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica wiśniowa 40g, Bukiet warzyw parowanych 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2254.23 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 69.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; suma cukrów prostych: 39.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Chipsy jabłkowe 40g 1szt,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z marchewki 150g, Podwieczorek: Koktajl truskawkowy na maślanec 150g (BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica wiśniowa 40g, Bukiet warzyw parowanych 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2430.30 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz: 77.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 376.77 g; suma cukrów prostych: 51.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;		
poniedziałek 2024-03-25		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Ryż biały na sypko 250g, Sos curry z ciecierzycą 150g (GLU), Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z czerwonej fasoli 50g (SEL, GOR), Bukiet warzyw parowanych 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1840.43 kcal; Białko ogółem: 46.96 g; Tłuszcz: 42.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; suma cukrów prostych: 21.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g, Roszponka 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa minestrone z makaronem 350g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g, Surówka z kapusty białej i buraczków 150g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszzone 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2511.56 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 102.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.58 g; Węglowodany ogółem: 333.60 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml, Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g, Roszponka 15g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g, Surówka z kapusty białej i buraczków 150g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2280.48 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 82.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; suma cukrów prostych: 42.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Krakersy 15g (GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR),	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2145.44 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 92.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; suma cukrów prostych: 24.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2414.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 95.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.76 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; suma cukrów prostych: 41.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g , Roszponka 15g ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2414.42 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 95.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.76 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; suma cukrów prostych: 41.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Krakersy 15g (GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR),	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Pierogi ukraińskie 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2582.50 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 104.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 346.39 g; suma cukrów prostych: 44.69 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g;		
wtorek 2024-03-26		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kluski śląskie 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g (ZIA), Ogórki kiszzone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2282.03 kcal; Białko ogółem: 47.88 g; Tłuszcz: 57.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 413.09 g; suma cukrów prostych: 22.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 150g (GLU), Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), Szyunka wieprzowa pieczona 70g (SEL), Brokuł parowany 100g , Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA, SEL), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z szynką 80g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2530.27 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 86.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;		
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dynia mrożona 60g , Sałata 15g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), Szyunka wieprzowa pieczona 70g (SEL), Brokuł parowany 100g , Sos pieczeniowy ciemny 50g (GLU, SEL),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA, SEL), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z szynką 80g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2537.83 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 86.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 370.48 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;		
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Rzodkiew biała 60g , Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Sałata 15g , II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 30g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), Bigos z kapusty kiszonej i kielbasą 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g , Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA, SEL), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z pasztetem 80g (GLU, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2297.77 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 60.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 399.62 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g;		
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Dżem owocowy 1g , Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), Bigos z kapusty kiszonej 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Twarożek 50g (BIA, SEL), Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z miodem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2282.92 kcal; Białko ogółem: 65.72 g; Tłuszcz: 58.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 401.61 g; suma cukrów prostych: 75.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;		
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica sopocka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g , Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA),	Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), Bigos z kapusty kiszonej i kielbasą 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Jabłka świeże 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA, SEL), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z pasztetem 80g (GLU, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2350.83 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz: 64.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 393.87 g; suma cukrów prostych: 75.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica sopočka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml, Rzodkiew biała 60g, Bułka pszenna 150g (GLU), Sałata 15g, II Śniadanie: Chrupki kukurydziane 30g,	Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki puree 250g (BIA), Bigos z kapusty kiszzonej i kielbasą 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Jabłka świeże 150g, Podwieczorek: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA, SEL), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Mix sałat 15g, Posiłek nocny: Kanapka z pasztetem 80g (GLU, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2983.19 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 90.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 478.98 g; suma cukrów prostych: 78.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;		
środa 2024-03-27		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Herbata 250ml, Dżem owocowy 1g, Rzodkiew biała 60g, Sałata 15g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki puree 250g (BIA), Bigos z kapusty kiszzonej 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Mix sałat 15g, Posiłek nocny: Kanapka z miodem 80g,
Wartości odżywcze: Energia : 1900.76 kcal; Białko ogółem: 46.96 g; Tłuszcz: 41.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.16 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; suma cukrów prostych: 56.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA), Kotlet mielony wieprzowy 70g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2572.55 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz: 91.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 379.90 g; suma cukrów prostych: 44.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 60g (SEL), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Szpinak na ciepło 150g (GLU, BIA), Pulpet wieprzowy 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 60g, Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2386.47 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 77.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; suma cukrów prostych: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Budyń bez cukru 150g,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kotlet mielony wieprzowy 70g (GLU, JAJ, SEL), Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA), Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2602.28 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 87.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 408.89 g; suma cukrów prostych: 38.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml, Pomidor 60g, Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Rukola 15g,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Tofu 70g (SOJ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2168.00 kcal; Białko ogółem: 61.73 g; Tłuszcz: 63.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 360.16 g; suma cukrów prostych: 41.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kotlet mielony wieprzowy 70g (GLU, JAJ, SEL), Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2456.45 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 83.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 375.04 g; suma cukrów prostych: 42.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Budyń 150g,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kotlet mielony wieprzowy 70g (GLU, JAJ, SEL), Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA), Podwieczorek: Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 30g (BIA), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2722.67 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 92.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 414.91 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;		
czwartek 2024-03-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pomidor 60g, Pasta z kukurydzy 50g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Tofu 70g (SOJ), Kapusta czerwona na ciepło 150g (GLU, BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2001.96 kcal; Białko ogółem: 49.70 g; Tłuszcz: 56.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.79 g; Węglowodany ogółem: 349.80 g; suma cukrów prostych: 27.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g;		
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml, Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Cukinia parowana 100g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 60g, Szpinak świeży 15g, Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g,
Wartości odżywcze: Energia : 2418.66 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 75.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Cukinia parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pasta z pieczonej marchewki 60g (SEL), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2536.12 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 83.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 380.92 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g;		
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2430.82 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 87.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 356.13 g; suma cukrów prostych: 45.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;		
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Herbata 250ml , Mix do smarowania 20g (BIA), Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Ogórki zielone 60g , Ser fromage 40g , Sałata 15g ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Marchew parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2481.32 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 85.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 375.66 g; suma cukrów prostych: 66.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;		
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2433.10 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 81.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g;		
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g (GLU, ORZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 25g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2629.93 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 87.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; suma cukrów prostych: 79.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-29		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (GLU, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 200ml , Kotle z selera 70g (SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Marchew parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanaпка z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1923.85 kcal; Białko ogółem: 42.06 g; Tłuszcz: 48.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.30 g; Węglowodany ogółem: 360.47 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2351.78 kcal; Białko ogółem: 62.06 g; Tłuszcz: 83.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; suma cukrów prostych: 22.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Sos pietruszkowy 150g (GLU, BIA), Brokuł parowany 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Włoszczyzna parowana 60g (SEL), Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2171.65 kcal; Białko ogółem: 64.12 g; Tłuszcz: 59.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 363.94 g; suma cukrów prostych: 23.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Suchary 40g (GLU),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Kefir naturalny 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2600.27 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 99.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 381.75 g; suma cukrów prostych: 28.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pomidor 60g , Miód 25g 1szt , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2521.88 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 76.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 424.38 g; suma cukrów prostych: 20.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2451.59 kcal; Białko ogółem: 67.04 g; Tłuszcz: 96.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; suma cukrów prostych: 20.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ketchup 15g, Musztarda 15g (GOR), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Suchary 40g (GLU),	Kompot owocowy 250ml, Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Podwieczorek: Kasza manna z syropem 150g (GLU, BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2742.65 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 107.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.16 g; Węglowodany ogółem: 391.37 g; suma cukrów prostych: 42.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;		
sobota 2024-03-30		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Miód 25g 1szt, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g (ZIA), Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2544.03 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Tłuszcz: 66.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 454.64 g; suma cukrów prostych: 14.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Kielbasa biała parzona 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Buraczki z chrzanem 60g, Sałata 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt, Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (SEL, GOR), Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2763.39 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 112.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.21 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; suma cukrów prostych: 64.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa biała parzona 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Buraczki z chrzanem 60g, Sałata 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Babka 50g (GLU, JAJ),	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew gotowana 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Cukinia parowana 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 3157.74 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 117.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 427.89 g; suma cukrów prostych: 105.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Kielbasa biała parzona 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Buraczki z chrzanem 60g, Sałata 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kanapka z pastą z ciecierzycy i łososia 80g (RYB, SOJ, SEL),	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Twarożek 50g (BIA, SEL), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (SEL, GOR), Rukola 5g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kanapka z białym serem 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2702.04 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 108.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; suma cukrów prostych: 35.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Buraczki z chrzanem 45g, Pasta z bobu 50g, Sałata 15g, Mix do smarowania 20g (BIA),	Jajko sadzone 1szt (JAJ), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki puree 250g (BIA), Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Paszтет sojowy 40g, Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (SEL, GOR), Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretkę owocową 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2278.45 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 92.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; suma cukrów prostych: 28.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g, Sałata 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Szyńka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (SEL, GOR), Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretkę owocową 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2391.58 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 98.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; suma cukrów prostych: 24.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g, Sałata 15g, Kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Kanapka z dżemem 80g,	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20.8g (BIA), Szyńka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (SEL, GOR), Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretkę owocową 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2720.80 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 111.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.95 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; suma cukrów prostych: 60.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		
niedziela 2024-03-31		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z bobu 50g, Ogórki kiszzone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Tofu 70g (SOJ), Marchew z groszkiem oprószana 150g (GLU, BIA), Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki puree 250g (BIA), Bulion warzywny z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Paszтет sojowy 40g, Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (SEL, GOR), Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretkę owocową 175g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1831.73 kcal; Białko ogółem: 57.12 g; Tłuszcz: 56.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; suma cukrów prostych: 21.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;		