





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-22</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Bigos z kapusty kiszzonej 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , Pomarańcza 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z miodem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1757.70 kcal; Białko ogółem: 45.73 g; Tłuszcz: 38.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 333.20 g; suma cukrów prostych: 41.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;		
<b>środa 2024-05-22</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopočka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 50g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek z ziołami 40g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2330.20 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 83.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; suma cukrów prostych: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;		
<b>środa 2024-05-22</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopočka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Dynia parowana 60g , Sałata 15g ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 50g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek z ziołami 40g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2337.76 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 83.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; suma cukrów prostych: 42.30 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Budyń bez cukru 150g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Surówka z marchewki i selera 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2579.63 kcal; Białko ogółem: 76.10 g; Tłuszcz: 94.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 385.02 g; suma cukrów prostych: 44.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Pomidor 60g , Paprykarz 50g , Rukola 15g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Tofu 70g ( <b>SOJ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2312.56 kcal; Białko ogółem: 68.20 g; Tłuszcz: 85.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2601.01 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 105.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.47 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; suma cukrów prostych: 48.38 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Budyń 150g,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2867.23 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 114.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.46 g; Węglowodany ogółem: 392.80 g; suma cukrów prostych: 73.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pomidor 60g, Pasta z kukurydzy 50g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Tofu 70g ( <b>SOJ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2051.39 kcal; Białko ogółem: 48.69 g; Tłuszcz: 68.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; suma cukrów prostych: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kotlet mielony wieprzowy 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mizeria ze śmietaną 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2717.11 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 112.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.65 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.77 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 60g ( <b>SEL</b> ), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy 70g ( <b>GLU, JAJ, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Szpinak na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 60g, Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2519.61 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 90.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; suma cukrów prostych: 48.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serem żółtym 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2339.56 kcal; Białko ogółem: 83.69 g; Tłuszcz: 94.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 316.14 g; suma cukrów prostych: 22.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-24</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml , Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 60g , Ser fromage 40g , Sałata 15g ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2390.06 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 93.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 335.66 g; suma cukrów prostych: 43.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2341.84 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 88.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; suma cukrów prostych: 41.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g ( <b>GLU, ORZ</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2637.58 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 98.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 351.50 g; suma cukrów prostych: 51.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kotlet z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 60g ( <b>SEL</b> ), Szpinak świeży 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2158.51 kcal; Białko ogółem: 41.47 g; Tłuszcz: 54.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 404.21 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2457.94 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 96.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; suma cukrów prostych: 44.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;		









## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIANŚKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Sos curry z ciecierzycą 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2160.68 kcal; Białko ogółem: 55.34 g; Tłuszcz: 65.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 370.30 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2212.31 kcal; Białko ogółem: 70.05 g; Tłuszcz: 73.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; suma cukrów prostych: 40.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel 150ml ( <b>GLU</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g, <b>Podwieczorek:</b> Koktajl truskawkowy na maślanec 150g ( <b>BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2456.24 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 82.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 376.67 g; suma cukrów prostych: 65.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Sos curry z ciecierzycą 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1802.83 kcal; Białko ogółem: 46.51 g; Tłuszcz: 47.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.09 g; Węglowodany ogółem: 328.39 g; suma cukrów prostych: 22.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.77 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2328.41 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 81.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 349.26 g; suma cukrów prostych: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Cukinia parowana 150g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2253.59 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 75.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.14 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Szyńka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 60g, Roszponka 15g,	Zupa krem marchewkowa 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos jarzynowy z kurczakiem 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Banan 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka prasowana z indykiem 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2545.79 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 96.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 361.90 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 60g, Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Mix sałat 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2208.26 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 71.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; suma cukrów prostych: 23.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Rzodkiew biała 60g, Sałata 15g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Mix sałat 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z miodem 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2136.61 kcal; Białko ogółem: 78.95 g; Tłuszcz: 69.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; suma cukrów prostych: 57.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Rzodkiew biała 60g, Sałata 15g, Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ),	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Mix sałat 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2261.32 kcal; Białko ogółem: 91.50 g; Tłuszcz: 76.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; suma cukrów prostych: 39.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml, Rzodkiew biała 60g, Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Herbatniki 14g 1szt,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Mix sałat 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2350.45 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 84.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 318.71 g; suma cukrów prostych: 43.00 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z miodem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1754.45 kcal; Białko ogółem: 60.19 g; Tłuszcz: 52.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 278.67 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2354.05 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 81.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; suma cukrów prostych: 43.30 g; Błonnik pokarmowy: 16.91 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Dynia parowana 60g , Sałata 15g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Seler mrożony 150g ( <b>SEL</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA, SEL</b> ), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2325.67 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 80.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; suma cukrów prostych: 42.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Budyń bez cukru 150g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2423.27 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 107.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 317.55 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Makaron z pesto 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jabłka świeże 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2503.85 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 90.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 378.28 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2678.16 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 117.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.34 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Pomidor 60g, Paprykarz 50g, Rukola 15g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń 150g,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2944.38 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 126.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.34 g; Węglowodany ogółem: 380.27 g; suma cukrów prostych: 99.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z kukurydzy 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Makaron z pesto 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2242.68 kcal; Białko ogółem: 45.41 g; Tłuszcz: 73.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; suma cukrów prostych: 72.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2794.26 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 125.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.52 g; Węglowodany ogółem: 345.26 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 60g ( <b>SEL</b> ), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Banan 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 150g, Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2739.00 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 116.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.39 g; Węglowodany ogółem: 348.95 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 150g, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 5g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serem żółtym 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2451.66 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 105.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; suma cukrów prostych: 28.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIANŚKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml , Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 60g , Ser fromage 40g , Sałata 15g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 5g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.16 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 103.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 337.91 g; suma cukrów prostych: 49.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 5g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2453.95 kcal; Białko ogółem: 79.50 g; Tłuszcz: 99.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 334.87 g; suma cukrów prostych: 47.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g ( <b>GLU, ORZ</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2516.70 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 87.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 378.71 g; suma cukrów prostych: 66.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Sos curry z ciecierzycą 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1981.08 kcal; Białko ogółem: 46.64 g; Tłuszcz: 54.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Mix sałat 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2465.06 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 93.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-31		Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 60g ( <b>SEL</b> ), Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2619.38 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 91.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 385.75 g; suma cukrów prostych: 79.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;		