

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki kiszzone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2380.26 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 97.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Herbata 250ml , Mix do smarowania 20g (BIA), Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Ser fromage 40g , Sałata 15g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 250ml , 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), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2418.20 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 96.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 335.40 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;		
piątek 2024-06-21		
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 kiszzone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2382.54 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 91.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 332.36 g; suma cukrów prostych: 51.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;		
piątek 2024-06-21		
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 kiszzone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Paluszki solone 15g (GLU, ZIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g (GLU, ORZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2579.37 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 97.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; suma cukrów prostych: 66.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Ogórki kiszzone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kotle z selera 70g (SEL), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1860.73 kcal; Białko ogółem: 42.56 g; Tłuszcz: 58.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; suma cukrów prostych: 53.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g , Ogórki kiszzone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Szpinak świeży 15g , Posiłek nocny: Kanaпка z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2498.64 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 99.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 337.22 g; suma cukrów prostych: 53.80 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;		
piątek 2024-06-21		
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 dyniowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Cukinia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	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: Kanaпка z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2607.49 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 92.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;		
sobota 2024-06-22		
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),	Herbata 200ml , Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (GLU, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), 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 graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2081.68 kcal; Białko ogółem: 67.29 g; Tłuszcz: 94.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; suma cukrów prostych: 23.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Dżem owocowy 50g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Kompot owocowy 250ml , Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g (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 : 1982.84 kcal; Białko ogółem: 53.20 g; Tłuszcz: 66.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; suma cukrów prostych: 38.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;		
sobota 2024-06-22		
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 selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (GLU, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), 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 : 2209.81 kcal; Białko ogółem: 67.67 g; Tłuszcz: 95.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 20.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Chleb pszenno-żytni 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), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Podwieczorek: Kasza manna z syropem 150g (GLU, BIA),	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 : 2305.31 kcal; Białko ogółem: 66.14 g; Tłuszcz: 90.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; suma cukrów prostych: 41.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g, Rzodkiewka 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 1952.83 kcal; Białko ogółem: 48.81 g; Tłuszcz: 53.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; suma cukrów prostych: 32.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 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 mlekem 250ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (GLU, BIA, 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 : 2325.91 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz: 103.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; suma cukrów prostych: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekem 250ml (GLU, BIA),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Kasza pęczak na sypko 150g (GLU), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (GLU, BIA, SEL), Dynia parowana 150g,	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 : 2002.41 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 69.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 299.25 g; suma cukrów prostych: 25.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 400g (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 mlekem 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 bukiem 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), Szyńka 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 : 2371.42 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 84.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; suma cukrów prostych: 42.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 60g, Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szpinak świeży 15g, Kawa zbożowa z mlekem 250ml (GLU, BIA),	Bulion warzywny z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g, Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: wafelki 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2480.01 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 95.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; suma cukrów prostych: 84.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23 Dieta: DP LUBIĄŻ 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 20g (BIA), Szyńska hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Roszponka 15g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2492.50 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 88.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 358.66 g; suma cukrów prostych: 84.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Mix do smarowania 20g (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 , Podwieczorek: Owoc 100g ,	Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Bułka pszenna 150g (GLU), Szyńska hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2786.89 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 101.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; suma cukrów prostych: 62.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Herbata 250ml , Ogórki kiszzone 60g , Pasta z bobu 50g , Szpinak świeży 15g , Masło roślinne 20g ,	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 , Herbata 250ml , Paszтет sojowy 40g , Roszponka 15g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2009.83 kcal; Białko ogółem: 42.32 g; Tłuszcz: 58.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 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 ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńska hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2608.60 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 96.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 363.52 g; suma cukrów prostych: 87.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńska drobiowa familijna 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 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), Szyńska bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Cukinia parowana 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2884.70 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 85.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 462.78 g; suma cukrów prostych: 131.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kanapka z szynką 80g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2265.58 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 81.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; suma cukrów prostych: 41.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ 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 solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Ryż biały na sypko 250g, Sos curry z ciecierzycą 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z czerwonej fasoli 50g (SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2299.29 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 74.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 378.57 g; suma cukrów prostych: 41.50 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa solferino 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2350.91 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 83.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; suma cukrów prostych: 39.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Kisiel 150ml (GLU),	Zupa solferino 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Podwieczorek: Koktajl truskawkowy na maślanec 150g (BIA),	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2594.85 kcal; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 91.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 384.94 g; suma cukrów prostych: 64.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Kompot owocowy 250ml, Ryż biały na sypko 250g, Sos curry z ciecierzycą 150g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z czerwonej fasoli 50g (SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1941.43 kcal; Białko ogółem: 49.70 g; Tłuszcz: 56.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; suma cukrów prostych: 21.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Zupa szpinakowa 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2423.89 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 90.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; suma cukrów prostych: 41.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24 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), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml ,	Zupa brokułowa 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 150g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica Ani 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2315.82 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 71.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; suma cukrów prostych: 40.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 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),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszane 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2427.86 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 109.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.64 g; Węglowodany ogółem: 307.77 g; suma cukrów prostych: 53.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;		
wtorek 2024-06-25 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 ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron z pesto 200g (GLU, JAJ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszane 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2522.53 kcal; Białko ogółem: 67.70 g; Tłuszcz: 85.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 390.59 g; suma cukrów prostych: 86.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;		
wtorek 2024-06-25 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 ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszane 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2696.84 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 112.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; suma cukrów prostych: 71.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;		
wtorek 2024-06-25 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),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszane 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2864.92 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 120.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.88 g; Węglowodany ogółem: 367.71 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.50 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Miód 25g 1szt, Ogórki zielone 60g, Roszponka 15g, Herbata 250ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron z pesto 200g (GLU, JAJ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g, Ogórki kiszane 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka świderk 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2514.25 kcal; Białko ogółem: 47.28 g; Tłuszcz: 62.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 459.57 g; suma cukrów prostych: 66.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25		
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,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Ogórki kiszone 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka świderek 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2812.94 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 120.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.76 g; Węglowodany ogółem: 357.56 g; suma cukrów prostych: 74.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g;		
wtorek 2024-06-25		
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,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Banan 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Brokuł mrożony 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Bułka świderek 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2655.25 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 106.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.77 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; suma cukrów prostych: 67.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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,	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Kurczak gyros 70g (SEL), Tzatziki 150g (BIA), 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 : 2204.52 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 71.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 324.96 g; suma cukrów prostych: 24.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Rzodkiew biała 60g, Sałata 15g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 150g, Kurczak gyros 70g (SEL), Tzatziki 150g (BIA),	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 : 2132.86 kcal; Białko ogółem: 78.80 g; Tłuszcz: 69.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; suma cukrów prostych: 58.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 250g, Kurczak gyros 70g (SEL), Tzatziki 150g (BIA), Podwieczorek: Herbatniki 14g 1szt,	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 : 2257.58 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 76.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; suma cukrów prostych: 40.54 g; Błonnik pokarmowy: 20.44 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica sopocka 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, Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Kurczak gyros 70g (SEL), Ryż biały na sypko 150g, Tzatziki 150g (BIA), Podwieczorek: Herbatniki 14g 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 : 2346.70 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 84.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; suma cukrów prostych: 43.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Rzodkiew biała 60g , Sałata 15g ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 150g , Kurczak gyros 70g (SEL), Tzatziki 150g (BIA),	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 : 1750.70 kcal; Białko ogółem: 60.05 g; Tłuszcz: 52.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 277.38 g; suma cukrów prostych: 38.35 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;		
środa 2024-06-26		
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 ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g (SEL), Tzatziki 150g (BIA),	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 : 2350.30 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 81.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 323.15 g; suma cukrów prostych: 43.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.30 g;		
środa 2024-06-26		
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 parowana 60g , Sałata 15g ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g (SEL), Marchew gotowana 100g ,	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 : 2621.62 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 81.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 396.26 g; suma cukrów prostych: 82.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (GLU, SOJ, SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Budyń bez cukru 150g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 150ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Surówka z marchewki i selera 150g (SEL),	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: Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2258.96 kcal; Białko ogółem: 59.41 g; Tłuszcz: 85.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; suma cukrów prostych: 59.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron z pesto 200g (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), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2366.13 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 87.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.26 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 150ml (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), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2578.23 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz: 101.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; suma cukrów prostych: 69.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna 150g (GLU), Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml, Pomidor 60g, Paprykarz 50g, Rukola 15g, II Śniadanie: Budyń 150g,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 150ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Mandarynka świeża 150g, Kompot owocowy 250ml, 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 : 2844.45 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 111.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.55 g; Węglowodany ogółem: 403.91 g; suma cukrów prostych: 94.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z kukurydzy 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron z pesto 200g (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), Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2104.96 kcal; Białko ogółem: 48.12 g; Tłuszcz: 70.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 340.49 g; suma cukrów prostych: 48.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos serowo-brokulowy 150ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Mandarynka świeża 150g, Kompot owocowy 250ml,	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 : 2694.33 kcal; Białko ogółem: 76.03 g; Tłuszcz: 109.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 368.90 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; Błonnik pokarmowy: 19.28 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 60g (SEL), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos serowo-brokulowy 150ml (GLU, JAJ, BIA, SEL), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Banan 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica wiśniowa 40g, Dynia parowana 60g, Roszponka 15g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogal 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2702.79 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 102.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 385.39 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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), Kompot owocowy 250ml, Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt,	Chleb ziarnisty 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 5g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym 80g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2365.88 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 95.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 319.05 g; suma cukrów prostych: 22.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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 zieleniną 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (BIA), 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), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 5g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2416.38 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz: 94.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; suma cukrów prostych: 43.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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 zieleniną 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 5g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2368.17 kcal; Białko ogółem: 78.80 g; Tłuszcz: 89.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 335.54 g; suma cukrów prostych: 41.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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 zieleniną 400g (GLU, SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g (GLU, ORZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2430.92 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz: 77.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: DP LUBIĄŻ 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), 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 , Herbata 250ml , Sałatka z ciecierzycą 40g (GLU, SOJ, SEL), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1895.31 kcal; Białko ogółem: 45.94 g; Tłuszcz: 45.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.12 g; Węglowodany ogółem: 348.70 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;		
piątek 2024-06-28		
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), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Dynia parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Połędwica drobiowa miodowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2379.28 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 83.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; suma cukrów prostych: 46.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
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), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Dynia 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), Mix sałat 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2533.60 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 81.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 386.41 g; suma cukrów prostych: 73.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;		
sobota 2024-06-29		
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),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), 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 graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2268.99 kcal; Białko ogółem: 67.02 g; Tłuszcz: 102.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; suma cukrów prostych: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Dżem owocowy 50g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), 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 : 2184.07 kcal; Białko ogółem: 54.27 g; Tłuszcz: 80.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; suma cukrów prostych: 41.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;		
sobota 2024-06-29		
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),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), 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 : 2384.90 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 103.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; suma cukrów prostych: 24.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Chleb pszenno-żytni 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 , Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Podwieczerek: Kasza manna z syropem 150g (GLU, BIA),	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 : 2559.86 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 107.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; suma cukrów prostych: 44.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Bułka mleczna 100g (GLU, JAJ, BIA, ORZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2204.51 kcal; Białko ogółem: 50.72 g; Tłuszcz: 71.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; suma cukrów prostych: 36.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 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),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos pieczarkowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), 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 : 2501.00 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 111.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.09 g; Węglowodany ogółem: 327.68 g; suma cukrów prostych: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;		
sobota 2024-06-29		
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),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (GLU, SOJ, BIA, SEL), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU), 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 : 2080.11 kcal; Białko ogółem: 63.92 g; Tłuszcz: 67.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; suma cukrów prostych: 27.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 400g (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 zieleciną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kiełbasa z pieca 100g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), 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 : 2423.46 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 93.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.20 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 60g , Jajko gotowane 1szt (JAJ), Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Bulion warzywny z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Jajko sadzone 2szt (JAJ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2480.01 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 95.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.70 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; suma cukrów prostych: 84.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;		
niedziela 2024-06-30		
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 zieleciną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kiełbasa z pieca 100g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Roszponka 15g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2544.53 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 98.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; suma cukrów prostych: 83.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Mix do smarowania 20g (BIA), II Śniadanie: Kanapka z dżemem 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kielbasa z pieca 100g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Owoc 100g ,	Mix do smarowania 20g (BIA), Herbata 250ml , Bułka pszenna 150g (GLU), Szynka hetmańska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2838.92 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 111.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 381.08 g; suma cukrów prostych: 61.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU), Herbata 250ml , Ogórki kiszzone 60g , Pasta z bobu 50g , Szpinak świeży 15g , Masło roślinne 20g ,	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 , Herbata 250ml , Paszтет sojowy 40g , Roszponka 15g , Ogórki konserwowe 60g (SEL, GOR), Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2009.83 kcal; Białko ogółem: 42.32 g; Tłuszcz: 58.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Bułka pszenna 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), Kielbasa z pieca 100g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), 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 60g (SEL, GOR), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2660.63 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 106.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 351.46 g; suma cukrów prostych: 85.89 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka drobiowa familijna 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Kielbasa z pieca 100g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew gotowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka barznika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Cukinia parowana 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2936.74 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 95.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.03 g; Węglowodany ogółem: 450.73 g; suma cukrów prostych: 129.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;		