







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 grysikowa z zieleniną 400g ( <b>GLU, SOJ, 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> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2270.27 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 80.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; suma cukrów prostych: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</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 , <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa grysikowa z zieleniną 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g ( <b>GLU, ORZ</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2643.91 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 95.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kotlet z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.89 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 53.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 363.59 g; suma cukrów prostych: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 grysikowa z zieleniną 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Szpinak na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2310.95 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 77.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; suma cukrów prostych: 46.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</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 grysikowa z zieleniną 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Szpinak na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ),	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> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2367.77 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 84.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z dżemem 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Owoc 100g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka hetmańska 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2992.37 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 104.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 437.65 g; suma cukrów prostych: 63.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;		
<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml , Ogórki kiszzone 60g , Pasta z bobu 50g , Szpinak świeży 15g , Masło roślinne 20g ,	Bulion warzywny z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Tofu 70g ( <b>SOJ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Paszтет sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafelki 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g ( <b>GLU, BIA, 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> ), Szyunka hetmańska 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafelki 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2500.58 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 90.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; suma cukrów prostych: 73.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g;		
<b>niedziela 2024-08-25</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka drobiowa familijna 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Potrawka z kurczaka z bukietem warzyw 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Cukinia mrożona 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafelki 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2441.09 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 84.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.63 g; Węglowodany ogółem: 351.38 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</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> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel bez cukru 150ml ( <b>GLU</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowym 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza pęczak na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2221.80 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 85.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; suma cukrów prostych: 37.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</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 kapusty pekińskiej i 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> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2267.39 kcal; Białko ogółem: 56.14 g; Tłuszcz: 78.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; suma cukrów prostych: 40.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Poledwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2307.13 kcal; Białko ogółem: 70.84 g; Tłuszcz: 87.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; suma cukrów prostych: 35.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 kapusty pekińskiej i 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> ), Poledwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2551.07 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 95.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 368.93 g; suma cukrów prostych: 60.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1909.53 kcal; Białko ogółem: 47.30 g; Tłuszcz: 60.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; suma cukrów prostych: 20.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 kapusty pekińskiej i marchewki 150g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Poledwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2423.23 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 95.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 341.52 g; suma cukrów prostych: 38.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ), Poledwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2224.20 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 75.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; suma cukrów prostych: 37.20 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-27</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> ), Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Krakersy 15g ( <b>GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR</b> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z kapusty białej z zieleniną 150g ,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2333.95 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 72.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; suma cukrów prostych: 36.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;		
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2590.48 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 74.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 420.45 g; suma cukrów prostych: 54.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;		
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2590.48 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 74.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 420.45 g; suma cukrów prostych: 54.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;		
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Krakersy 15g ( <b>GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR</b> ),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2758.56 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 82.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 435.46 g; suma cukrów prostych: 56.92 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;		
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2423.17 kcal; Białko ogółem: 52.05 g; Tłuszcz: 42.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.55 g; Węglowodany ogółem: 478.77 g; suma cukrów prostych: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;		
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2706.58 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 82.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 425.31 g; suma cukrów prostych: 56.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-27</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b></span>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g, Roszponka 15g,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż z jabłkami 400g, Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Brokuł mrożony 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderek 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2546.19 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 70.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 423.68 g; suma cukrów prostych: 54.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;		
<b>środa 2024-08-28</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b></span>		
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> ), Ogórki zielone 60g, Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 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 pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2199.46 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 61.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;		
<b>środa 2024-08-28</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b></span>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bigos z kapusty młodej 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Carpaccio z buraka 60g, Twarożek z ziołami 40g ( <b>BIA, SEL</b> ), Mix sałat 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z miodem 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2189.82 kcal; Białko ogółem: 58.27 g; Tłuszcz: 56.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 389.02 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;		
<b>środa 2024-08-28</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b></span>		
Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 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 pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2257.39 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; Tłuszcz: 68.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; suma cukrów prostych: 59.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;		
<b>środa 2024-08-28</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b></span>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml, Ogórki zielone 60g, Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt,	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 pasztetem 80g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2889.75 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 93.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 449.17 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;		
<b>środa 2024-08-28</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b></span>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bigos z kapusty młodej 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, Jabłka świeże 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 : 1858.93 kcal; Białko ogółem: 45.64 g; Tłuszcz: 40.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.81 g; Węglowodany ogółem: 354.26 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Schab pieczony 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 50g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 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 : 2385.65 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 84.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 338.10 g; suma cukrów prostych: 44.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 36g , Sałata 15g ,	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Schab pieczony 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 50g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Dynia parowana 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 : 2387.38 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 84.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; suma cukrów prostych: 44.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;		
<b>czwartek 2024-08-29</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 jarzynowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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> Surówka z marchewki i selera 150g ( <b>SEL</b> ),	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> ), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2301.62 kcal; Białko ogółem: 69.32 g; Tłuszcz: 88.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.82 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; suma cukrów prostych: 38.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;		
<b>czwartek 2024-08-29</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 jarzynowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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> ), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2332.45 kcal; Białko ogółem: 68.80 g; Tłuszcz: 86.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.29 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; suma cukrów prostych: 48.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;		
<b>czwartek 2024-08-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 jarzynowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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> ), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2620.90 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 105.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.76 g; Węglowodany ogółem: 355.93 g; suma cukrów prostych: 49.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2206.85 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz: 81.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; suma cukrów prostych: 42.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</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 , <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	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 , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g ( <b>GLU, ORZ</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2519.78 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 95.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 349.03 g; suma cukrów prostych: 59.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kotlet z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1953.76 kcal; Białko ogółem: 39.38 g; Tłuszcz: 53.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 354.66 g; suma cukrów prostych: 26.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ), Połędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2323.31 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 89.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 318.80 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</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 450g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny na parze 70g ( <b>RYB, SEL</b> ), Cukinia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	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> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2285.52 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 83.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 316.84 g; suma cukrów prostych: 71.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-31</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> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary 40g ( <b>GLU</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2344.89 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 95.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; suma cukrów prostych: 27.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2313.30 kcal; Białko ogółem: 59.92 g; Tłuszcz: 76.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; suma cukrów prostych: 38.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2460.81 kcal; Białko ogółem: 67.38 g; Tłuszcz: 96.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; suma cukrów prostych: 21.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Musztarda 15g ( <b>GOR</b> ), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary 40g ( <b>GLU</b> ),	Kompot owocowy 250ml, Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, <b>Podwieczorek:</b> Kasza manna z syropem 150g ( <b>GLU, BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2751.87 kcal; Białko ogółem: 75.57 g; Tłuszcz: 107.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.16 g; Węglowodany ogółem: 392.46 g; suma cukrów prostych: 43.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g, mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2333.74 kcal; Białko ogółem: 56.37 g; Tłuszcz: 66.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 402.07 g; suma cukrów prostych: 32.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2576.91 kcal; Białko ogółem: 70.08 g; Tłuszcz: 103.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 361.49 g; suma cukrów prostych: 23.72 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Ryż biały na sypko 250g, Brokuł parowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 60g ( <b>SEL</b> ), Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2239.09 kcal; Białko ogółem: 63.67 g; Tłuszcz: 70.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; suma cukrów prostych: 23.41 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;		