

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <i>GLU, SOJ, SEL</i> ), Chleb ziarnisty 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Parówka drobiowa 70g ( <i>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</i> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>GLU, BIA</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary 40g ( <i>GLU</i> ),	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml, Pyzy z mięsem 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 150ml ( <i>BIA</i> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Serek śmietankowy 50g ( <i>BIA</i> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2312.55 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz: 100.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; suma cukrów prostych: 27.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;		
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>GLU, BIA</i> ),	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml, Kopytka- GOTOWE 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <i>BIA</i> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Serek śmietankowy 50g ( <i>BIA</i> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <i>GLU, JAJ, BIA, ORZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2163.73 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz: 65.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; suma cukrów prostych: 45.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;		
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Parówka drobiowa 70g ( <i>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</i> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>GLU, BIA</i> ),	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i> ), Pyzy z mięsem 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Serek śmietankowy 50g ( <i>BIA</i> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <i>GLU, JAJ, BIA, ORZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2428.46 kcal; Białko ogółem: 64.24 g; Tłuszcz: 101.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 341.64 g; suma cukrów prostych: 21.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;		
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Bułka pszenna 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Parówka drobiowa 70g ( <i>GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</i> ), Ketchup 15g, Musztarda 15g ( <i>GOR</i> ), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kakao 250ml ( <i>BIA</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary 40g ( <i>GLU</i> ),	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml, Pyzy z mięsem 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, <b>Podwieczorek:</b> Kasza manna z syropem 150g ( <i>GLU, BIA</i> ),	Bułka pszenna 150g ( <i>GLU</i> ), Mix do smarowania 20g ( <i>BIA</i> ), Serek śmietankowy 50g ( <i>BIA</i> ), mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <i>GLU, JAJ, BIA, ORZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2719.52 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz: 112.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 377.48 g; suma cukrów prostych: 44.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g;		
<b>sobota 2024-09-21</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Zupa solferino z ziemniakami 400g ( <i>GLU, SOJ, BIA, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml, Kopytka- GOTOWE 250g, Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g, Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g ( <i>BIA</i> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Humus klasyczny 50g, mieszanka europejska 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <i>GLU, JAJ, BIA, ORZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2184.17 kcal; Białko ogółem: 59.23 g; Tłuszcz: 56.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 384.29 g; suma cukrów prostych: 40.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-22</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> Ciasto - szpital 100g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kielbasa z pieca 100g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew z groszkiem oprószana 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Owoc 100g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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 : 3002.59 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 113.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; suma cukrów prostych: 51.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;		
<b>niedziela 2024-09-22</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> ), Marchew z groszkiem oprószana 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), 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 : 1993.58 kcal; Białko ogółem: 43.41 g; Tłuszcz: 56.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; suma cukrów prostych: 71.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;		
<b>niedziela 2024-09-22</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> ), Kielbasa z pieca 100g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew oprószana 100g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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 : 2584.62 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 101.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 342.23 g; suma cukrów prostych: 114.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;		
<b>niedziela 2024-09-22</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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> ), Kielbasa z pieca 100g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew oprószana 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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 : 2541.14 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 97.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; suma cukrów prostych: 134.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 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> ),	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, 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> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 1g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 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 : 2192.20 kcal; Białko ogółem: 63.33 g; Tłuszcz: 65.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-23</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,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Bigos z kapusty młodej 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2232.51 kcal; Białko ogółem: 56.79 g; Tłuszcz: 63.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 388.11 g; suma cukrów prostych: 55.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</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,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 1g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2277.53 kcal; Białko ogółem: 62.88 g; Tłuszcz: 67.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 380.86 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</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> ),	Kompot owocowy 250ml, Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 1g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2461.49 kcal; Białko ogółem: 65.62 g; Tłuszcz: 75.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</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,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Bigos z kapusty młodej 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1874.65 kcal; Białko ogółem: 47.95 g; Tłuszcz: 45.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; suma cukrów prostych: 35.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</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,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Bigos z kapusty młodej i kielbasą 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 1g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 36g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2387.80 kcal; Białko ogółem: 64.94 g; Tłuszcz: 74.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 384.60 g; suma cukrów prostych: 58.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-23</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,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 450g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny na parze 70g ( <b>RYB, SEL</b> ), Dynia parowana 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 36g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2376.39 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 77.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 357.39 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-24</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 2024-09-24</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 świderek 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 2024-09-24</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 świderek 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 2024-09-24</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> Koktajl truskawkowy na maślanec 150g ( <b>BIA</b> ),	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 świderek 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2818.53 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 83.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 446.19 g; suma cukrów prostych: 66.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g;		
<b>wtorek 2024-09-24</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 świderek 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 2024-09-24</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 świderek 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 2024-09-24</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
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 2024-09-25</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 60g, Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 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 : 2133.97 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz: 76.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 320.58 g; suma cukrów prostych: 24.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;		
<b>środa 2024-09-25</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
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,	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Pulpet warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka z marchewki 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 : 1679.18 kcal; Białko ogółem: 45.98 g; Tłuszcz: 51.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;		
<b>środa 2024-09-25</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopocka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ),	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki 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 : 2191.89 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 82.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 312.84 g; suma cukrów prostych: 40.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;		
<b>środa 2024-09-25</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
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,	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Surówka z marchewki 150g, Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), 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 : 2824.25 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 108.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 397.95 g; suma cukrów prostych: 43.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-25</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Pulpet warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	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 : 1348.29 kcal; Białko ogółem: 33.35 g; Tłuszcz: 35.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 244.86 g; suma cukrów prostych: 39.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;		
<b>środa 2024-09-25</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 krem z białych warzyw 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka z marchewki 150g , 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 : 2432.88 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 89.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 349.42 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g;		
<b>środa 2024-09-25</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 krem z białych warzyw 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Bitka z szynki wieprzowej 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy ciemny 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU</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 : 2425.40 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 89.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; suma cukrów prostych: 45.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</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> ), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Budyń bez cukru 150g ,	Herbata 200ml , Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka wielowarzywna 150g , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z kapusty białej z zieleniną 150g ,	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 : 2049.58 kcal; Białko ogółem: 63.23 g; Tłuszcz: 81.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 293.45 g; suma cukrów prostych: 28.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</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 ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna 150g ,	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 : 2215.94 kcal; Białko ogółem: 67.17 g; Tłuszcz: 84.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 321.30 g; suma cukrów prostych: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2309.10 kcal; Białko ogółem: 75.48 g; Tłuszcz: 91.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; suma cukrów prostych: 45.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.50 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Pomidor 60g, Paprykarz 50g, Rukola 15g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń 150g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, <b>Podwieczorek:</b> Owoc 100g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2482.16 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 93.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.78 g; Węglowodany ogółem: 361.17 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z kukurydzy 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna 100g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1919.87 kcal; Białko ogółem: 46.93 g; Tłuszcz: 64.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 312.14 g; suma cukrów prostych: 27.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa minestrone z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 30g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2425.20 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 99.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 322.12 g; suma cukrów prostych: 48.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.45 g;		
<b>czwartek 2024-09-26</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyntka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Seler parowany 60g ( <b>SEL</b> ), Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z makaronem (OT) 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Włoszczyzna parowana 150g ( <b>SEL</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 60g, Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2306.78 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 85.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; suma cukrów prostych: 49.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		
<b>piątek 2024-09-27</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa grysikowa z zieleciną 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, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt,	Chleb ziarnisty 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 serem żółtym 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2246.82 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 86.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; suma cukrów prostych: 23.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</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 zieleciną 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), 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 : 2284.40 kcal; Białko ogółem: 70.72 g; Tłuszcz: 85.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;		
<b>piątek 2024-09-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml	Zupa grysikowa z zieleciną 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> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2250.56 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 80.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; suma cukrów prostych: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;		
<b>piątek 2024-09-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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 zieleciną 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> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2604.49 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 94.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;		
<b>piątek 2024-09-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 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> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2058.18 kcal; Białko ogółem: 53.77 g; Tłuszcz: 53.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 363.59 g; suma cukrów prostych: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;		
<b>piątek 2024-09-27</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grysikowa z zieleciną 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> Kanapka z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2291.24 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 77.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; suma cukrów prostych: 46.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-09-27</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 , Salata 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> ), Polędwica 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 : 2348.06 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 83.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;		
<b>sobota 2024-09-28</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> ), 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> ),	Kompot owocowy 250ml , Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ), <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> ), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2262.24 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 87.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 306.43 g; suma cukrów prostych: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.02 g;		
<b>sobota 2024-09-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ),	Kompot owocowy 250ml , Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2106.80 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; Tłuszcz: 68.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; suma cukrów prostych: 39.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g;		
<b>sobota 2024-09-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ),	Kompot owocowy 250ml , Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2378.15 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 88.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; suma cukrów prostych: 22.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.45 g;		
<b>sobota 2024-09-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 , Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ), <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> ), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2545.37 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 99.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 338.59 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-09-28</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 ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 150g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2127.24 kcal; Białko ogółem: 68.68 g; Tłuszcz: 59.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; suma cukrów prostych: 34.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;		
<b>sobota 2024-09-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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> ),	Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Tzatziki 150g ( <b>BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Rzodkiewka 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka mleczna 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2494.25 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 96.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 336.02 g; suma cukrów prostych: 25.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.40 g;		
<b>sobota 2024-09-28</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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> ),	Barszcz biały z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Kurczak gyros 70g ( <b>SEL</b> ), Dynia parowana 100g ,	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 : 2256.81 kcal; Białko ogółem: 74.92 g; Tłuszcz: 75.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; suma cukrów prostych: 25.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g;		
<b>niedziela 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Chleb ziarnisty 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> ), <b>II Śniadanie:</b> Kanapka z pastą z ciecierzycy i łososia 80g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Potrawka z kurczaka z bukiem warzyw 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka hetmańska 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z białym serem 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2419.12 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 85.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;		
<b>niedziela 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Bulion warzywny z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), 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 : 2513.72 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 81.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 401.47 g; suma cukrów prostych: 81.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;		
<b>niedziela 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 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 zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Potrawka z kurczaka z bukiem warzyw 150g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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 : 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;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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> ), Szynka 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 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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> ), Szynka 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 2024-09-29</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka 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> ), Szynka 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 2024-09-30</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> ), Paszтет z blachy drobiowy 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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowym 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej 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 : 2276.31 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz: 80.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 343.42 g; suma cukrów prostych: 37.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Sos curry z ciecierzycą 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z kapusty białej 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 : 2321.89 kcal; Białko ogółem: 56.00 g; Tłuszcz: 73.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 388.43 g; suma cukrów prostych: 40.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej i marchewki 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2361.64 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 82.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 359.60 g; suma cukrów prostych: 35.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej i marchewki 150g , <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 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> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2545.60 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 90.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 381.15 g; suma cukrów prostych: 50.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Ryż biały na sypko 250g , Sos curry z ciecierzycą 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z kapusty białej 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 : 1964.04 kcal; Białko ogółem: 47.16 g; Tłuszcz: 55.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 346.52 g; suma cukrów prostych: 20.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej i marchewki 150g ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2477.74 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 90.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; suma cukrów prostych: 38.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-30</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 szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , Kurczak curry z włoszczyzną na mleku kokosowymi 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż biały na sypko 250g , Marchew parowana 150g ,	Bułka pszenna 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> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2268.99 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 71.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 352.33 g; suma cukrów prostych: 99.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;		

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny