

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-11-01</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 pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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 , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z serem żółtym 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2473.84 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 105.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; suma cukrów prostych: 29.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;		
<b>piątek 2024-11-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</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 pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2262.56 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz: 97.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; suma cukrów prostych: 31.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;		
<b>piątek 2024-11-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</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 pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2228.72 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 93.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; suma cukrów prostych: 30.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;		
<b>piątek 2024-11-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</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 pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, 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> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2541.65 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 107.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 335.39 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;		
<b>piątek 2024-11-01</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 pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kotle 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> ), Sałatka śledziowa z majonezem 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2244.20 kcal; Białko ogółem: 45.34 g; Tłuszcz: 72.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 379.76 g; suma cukrów prostych: 33.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-11-02</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> ),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml, <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 : 2759.28 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; Tłuszcz: 104.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 395.75 g; suma cukrów prostych: 72.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;		
<b>sobota 2024-11-02</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), knedle z truskawkami 200g, Surówka z marchewki i jabłka 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 : 2249.21 kcal; Białko ogółem: 53.71 g; Tłuszcz: 61.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 394.29 g; suma cukrów prostych: 50.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;		
<b>sobota 2024-11-02</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 ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 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 : 2584.32 kcal; Białko ogółem: 73.22 g; Tłuszcz: 100.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 364.77 g; suma cukrów prostych: 52.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;		
<b>sobota 2024-11-02</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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> ),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Przecier owocowy 100g 1szt, 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 : 2380.33 kcal; Białko ogółem: 65.71 g; Tłuszcz: 80.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; suma cukrów prostych: 41.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g;		
<b>niedziela 2024-11-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 lososia 80g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> ),	Rosół z makaronem i zieleciną 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> ), Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 1szt ( <b>SEL</b> ),	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 : 2371.42 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 84.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; suma cukrów prostych: 42.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-11-04</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> ), Pasztet 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> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), 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> ), Galaretko drobiowa 150g ( <b>GLU, SOJ, SEL</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 : 2443.13 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 85.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 352.50 g; suma cukrów prostych: 54.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-04</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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 jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), 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> ), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2427.17 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 84.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; suma cukrów prostych: 39.34 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-04</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Galaretko drobiowa 150g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2528.46 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 87.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 368.68 g; suma cukrów prostych: 52.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-04</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>GLU, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet 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 jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Galaretko drobiowa 150g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2712.42 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 94.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 390.22 g; suma cukrów prostych: 67.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-04</b> <b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	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 : 2069.31 kcal; Białko ogółem: 67.32 g; Tłuszcz: 66.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; suma cukrów prostych: 19.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.26 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-11-04</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> ), Pasztet z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Galaretka drobiowa 150g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2644.56 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 94.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 373.54 g; suma cukrów prostych: 55.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-04</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 jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Dynia parowana 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Galaretka drobiowa 150g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Marchewka świeża 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2511.96 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 85.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; suma cukrów prostych: 55.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Surówka wielowarzywna 100g,	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 : 2430.34 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 113.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 295.76 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pomidorowy z tofu 100g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g, 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 : 2563.69 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 108.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.32 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; suma cukrów prostych: 54.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g, 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 : 2732.59 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 121.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.83 g; Węglowodany ogółem: 345.58 g; suma cukrów prostych: 55.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron gotowany spaghetti 250g , Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Koktajl truskawkowy na maślanec 200g ( <b>BIA</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderek 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2725.73 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 108.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 361.92 g; suma cukrów prostych: 40.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pomidorowy z tofu 100g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderek 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2470.63 kcal; Białko ogółem: 51.51 g; Tłuszcz: 78.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 409.41 g; suma cukrów prostych: 35.38 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderek 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2848.69 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 129.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.01 g; Węglowodany ogółem: 350.44 g; suma cukrów prostych: 58.38 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g;		
<b>wtorek 2024-11-05</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 , Szyunka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos mięsny z ziołami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Cukinia parowana 150g , 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 : 2582.88 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 108.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.26 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; suma cukrów prostych: 54.13 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g;		
<b>środa 2024-11-06</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 ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Fasolka po bretońsku 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mandarynka świeża 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 : 2327.34 kcal; Białko ogółem: 78.58 g; Tłuszcz: 71.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 376.60 g; suma cukrów prostych: 33.51 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g;		
<b>środa 2024-11-06</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 ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kotlet warzywny 100g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mandarynka świeża 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 : 2108.17 kcal; Białko ogółem: 56.69 g; Tłuszcz: 59.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 365.36 g; suma cukrów prostych: 67.84 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-11-06</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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> ),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Fasolka po bretońsku 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mandarynka świeża 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 : 2385.26 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 77.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; suma cukrów prostych: 49.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;		
<b>środa 2024-11-06</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Fasolka po bretońsku 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Mandarynka świeża 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 : 3017.62 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 103.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 453.97 g; suma cukrów prostych: 52.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g;		
<b>środa 2024-11-06</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kotlet warzywny 100g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, Mandarynka świeża 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 : 1777.28 kcal; Białko ogółem: 44.06 g; Tłuszcz: 42.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; suma cukrów prostych: 49.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;		
<b>środa 2024-11-06</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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 pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Fasolka po bretońsku 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sos szpinakowy 50g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), 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 : 2462.90 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 84.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; suma cukrów prostych: 44.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;		
<b>środa 2024-11-06</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ 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 pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Fasolka po bretońsku 150g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sos szpinakowy 50g ( <b>GLU, BIA, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), 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 : 2464.63 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 84.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 367.32 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-11-07</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 ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Gulasz z indyka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 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 : 2013.03 kcal; Białko ogółem: 67.59 g; Tłuszcz: 63.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; suma cukrów prostych: 44.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;		
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>GLU, JAJ, 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 ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Sałatka z buraczków 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 : 2284.35 kcal; Białko ogółem: 65.05 g; Tłuszcz: 85.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;		
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>GLU, JAJ, 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 ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Gulasz z indyka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Sałatka z buraczków 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 : 2234.18 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 73.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; suma cukrów prostych: 52.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;		
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Pomidor 60g, Paprykarz 50g, Rukola 15g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń 150g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Gulasz z indyka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, 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> ), 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 : 2500.40 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 82.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 380.40 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;		
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z kukurydzy 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2126.01 kcal; Białko ogółem: 51.69 g; Tłuszcz: 75.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 335.66 g; suma cukrów prostych: 37.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;		
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paprykarz 50g, Pomidor 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Gulasz z indyka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza gryczana palona na sypko 150g, Sałatka z buraczków 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 : 2350.28 kcal; Białko ogółem: 78.40 g; Tłuszcz: 81.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 345.39 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-11-07</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Marchew parowana 60g, Rukola 15g, Herbata 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Gulasz z indyka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Brokuł parowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica wiśniowa 40g, Cukinia parowana 60g, Szpinak świeży 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogal 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2357.10 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 68.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;		
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Ser fromage 40g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Paluszki solone 15g ( <b>GLU, ZIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt,	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z serem żółtym 80g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2235.76 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 90.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 299.38 g; suma cukrów prostych: 21.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;		
<b>piątek 2024-11-08</b> <b>Dieta: DP LUBIAŻ 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 koperkowa z ryżem 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z ciecierzycą 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 200ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2273.34 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz: 88.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 200ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2239.50 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 84.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; suma cukrów prostych: 41.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;		
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Polędwica drobiowa miodowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 200ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z dżemem 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2552.43 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 98.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Kotlec 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> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2006.12 kcal; Białko ogółem: 41.82 g; Tłuszcz: 56.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; suma cukrów prostych: 25.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;		
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2355.97 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 91.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 321.18 g; suma cukrów prostych: 44.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;		
<b>piątek 2024-11-08</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> ), Sałatka po żydowsku z majonezem 60g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kanaпка z dżemem 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2294.45 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 81.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 321.72 g; suma cukrów prostych: 44.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.04 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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> ),	Herbata 200ml , Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka wielowarzywna 150g , <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 : 2249.86 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz: 95.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 299.54 g; suma cukrów prostych: 22.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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 , Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, 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> ), 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 : 1951.19 kcal; Białko ogółem: 53.60 g; Tłuszcz: 60.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-11-09</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 szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Surówka wielowarzywna 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 : 2377.99 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz: 96.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; suma cukrów prostych: 19.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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 szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g, Surówka wielowarzywna 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 : 2483.32 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 97.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; suma cukrów prostych: 42.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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, Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, 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, 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 : 1936.71 kcal; Białko ogółem: 49.34 g; Tłuszcz: 48.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.62 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; suma cukrów prostych: 31.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka wielowarzywna 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 : 2494.09 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 104.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; suma cukrów prostych: 22.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;		
<b>sobota 2024-11-09</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> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), Dynia parowana 150g,	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 : 2215.57 kcal; Białko ogółem: 68.48 g; Tłuszcz: 77.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 331.55 g; suma cukrów prostych: 26.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-11-10</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 kiszane 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 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> 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 : 2454.92 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 92.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 332.30 g; suma cukrów prostych: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;		
<b>niedziela 2024-11-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszane 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> ), Marchew z groszkiem oprószana 100g ( <b>GLU, BIA</b> ), 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 : 2502.89 kcal; Białko ogółem: 66.64 g; Tłuszcz: 79.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 403.02 g; suma cukrów prostych: 75.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;		
<b>niedziela 2024-11-10</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 kiszane 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 z groszkiem oprószana 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), 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 : 2528.29 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 95.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.37 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g;		
<b>niedziela 2024-11-10</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 kiszane 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> ), Marchew z groszkiem oprószana 150g ( <b>GLU, BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretką owocowa 150g ( <b>GLU</b> ),	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 : 2943.34 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 104.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 421.46 g; suma cukrów prostych: 39.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;		
<b>niedziela 2024-11-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml , Ogórki kiszane 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;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-11-10</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 zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kielbasa z pieca 100g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</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 : 2552.62 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 99.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.22 g; Węglowodany ogółem: 338.00 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g;		
<b>niedziela 2024-11-10</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 zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), Kielbasa z pieca 100g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</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 : 2493.13 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz: 94.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; suma cukrów prostych: 70.04 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g;		