Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kisiel bez cukru 150ml (***GLU***),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 150ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Galaretka drobiowa 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2444.80 kcal; Białko ogółem: 69.88 g; Tłuszcz: 90.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 371.51 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta z czerwonej fasoli 50g (***SEL, GOR***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2493.87 kcal; Białko ogółem: 61.03 g; Tłuszcz: 90.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 394.86 g; suma cukrów prostych: 40.07 g; Błonnik pokarmowy: 39.00 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Galaretka drobiowa 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2530.13 kcal; Białko ogółem: 69.44 g; Tłuszcz: 92.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; suma cukrów prostych: 40.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kisiel 150ml (***GLU***),	Kompot owocowy 250ml , Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g , **Podwieczorek:** Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Galaretka drobiowa 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2714.09 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 99.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 409.24 g; suma cukrów prostych: 55.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z czerwonej fasoli 50g (***SEL, GOR***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2136.02 kcal; Białko ogółem: 52.19 g; Tłuszcz: 72.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 352.96 g; suma cukrów prostych: 19.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty białej z marchewką 150g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Galaretka drobiowa 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2646.23 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 99.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; suma cukrów prostych: 43.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Kompot owocowy 250ml , Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Warzywa po chińsku 150g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Marchew parowana 150g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Galaretka drobiowa 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Brokuł parowany 100g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2472.51 kcal; Białko ogółem: 71.76 g; Tłuszcz: 87.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 373.84 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (***JAJ, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Krakersy 15g (***GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR***),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą 300g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Jabłka świeże 150g , **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2755.12 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 120.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 355.89 g; suma cukrów prostych: 56.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (***JAJ, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Łazanki z kapustą kiszoną 300g (***SEL***), Jabłka świeże 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2818.79 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 105.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 405.71 g; suma cukrów prostych: 73.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Pasta jajeczna z koperkiem 50g (***JAJ, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą 300g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Jabłka świeże 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 3019.24 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 122.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.56 g; Węglowodany ogółem: 402.82 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (***JAJ, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Krakersy 15g (***GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR***),	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą 300g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Jabłka świeże 150g , **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy na maślance 200g (***BIA***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 3129.83 kcal; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 130.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.97 g; Węglowodany ogółem: 401.79 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki puree 150g (***BIA***), Łazanki z kapustą kiszoną 300g (***SEL***), Jabłka świeże 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2588.27 kcal; Białko ogółem: 63.03 g; Tłuszcz: 74.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 442.82 g; suma cukrów prostych: 53.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta jajeczna z koperkiem 50g (***JAJ, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą 300g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Jabłko pieczone 150g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 3135.34 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 130.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 407.68 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), mieszanka europejska 60g , Roszponka 15g ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą 300g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Jabłko pieczone 150g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Brokuł mrożony 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka świderek 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2974.94 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 117.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 60g , Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałata 15g , **II Śniadanie:** Chrupki kukurydziane 30g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kotlet mielony wieprzowy 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 150g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2289.20 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 75.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 357.30 g; suma cukrów prostych: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kotlet mielony wieprzowy 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Marchew z groszkiem oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z miodem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2346.25 kcal; Białko ogółem: 70.40 g; Tłuszcz: 74.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 374.75 g; suma cukrów prostych: 59.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***),	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kotlet mielony wieprzowy 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Marchew z groszkiem oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2347.13 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 81.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 349.55 g; suma cukrów prostych: 42.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Herbata 250ml , Ogórki zielone 60g , Bułka pszenna 150g (***GLU***), Sałata 15g , **II Śniadanie:** Chrupki kukurydziane 30g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kotlet mielony wieprzowy 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2979.49 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 107.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.74 g; Węglowodany ogółem: 434.67 g; suma cukrów prostych: 45.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Tofu 70g (***SOJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Sałatka z ciecierzycą 40g (***GLU, SOJ, SEL***), Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z miodem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1726.91 kcal; Białko ogółem: 43.33 g; Tłuszcz: 38.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; suma cukrów prostych: 40.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Tofu 70g (***SOJ***), Filet drobiowy na parze 70g (***SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2442.76 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 93.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; suma cukrów prostych: 106.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Brokuł parowany 36g , Sałata 15g ,	Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Tofu 70g (***SOJ***), Filet drobiowy na parze 70g (***SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew oprószana 150g (***GLU, BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2444.49 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 93.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 333.34 g; suma cukrów prostych: 106.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Budyń bez cukru 150g ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 150ml (***BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2050.11 kcal; Białko ogółem: 60.20 g; Tłuszcz: 65.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 329.42 g; suma cukrów prostych: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2340.88 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz: 80.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 357.27 g; suma cukrów prostych: 40.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2340.88 kcal; Białko ogółem: 71.04 g; Tłuszcz: 80.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 357.27 g; suma cukrów prostych: 40.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Pomidor 60g , Paprykarz 50g , Rukola 15g , **II Śniadanie:** Budyń 150g ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Owoc 100g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2607.10 kcal; Białko ogółem: 74.06 g; Tłuszcz: 89.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 397.14 g; suma cukrów prostych: 64.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z kukurydzy 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2079.72 kcal; Białko ogółem: 51.52 g; Tłuszcz: 63.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; suma cukrów prostych: 22.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza pęczak na sypko 250g (***GLU***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2456.98 kcal; Białko ogółem: 73.74 g; Tłuszcz: 88.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; suma cukrów prostych: 42.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka złocista 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchew parowana 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (***GLU***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU***), Brokuł parowany 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica wiśniowa 40g , Cukinia parowana 60g , Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2323.45 kcal; Białko ogółem: 79.35 g; Tłuszcz: 74.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 354.28 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Paluszki solone 15g (***GLU, ZIA***),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Filet rybny w panierce 70g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z serem żółtym 80g (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2357.17 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 97.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 315.30 g; suma cukrów prostych: 29.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Filet rybny w panierce 70g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Surówka z kapusty kiszonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Sałatka z ciecierzycą 40g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 200ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2394.75 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 95.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; suma cukrów prostych: 50.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Filet rybny w panierce 70g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 200ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2360.91 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 91.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 332.15 g; suma cukrów prostych: 49.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (***BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Paluszki solone 15g (***GLU, ZIA***),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Filet rybny w panierce 70g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt , Musli śniadaniowe 30g (***GLU, ORZ***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 200ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2673.84 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 105.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 367.33 g; suma cukrów prostych: 66.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kotlet z selera 70g (***SEL***), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Sałatka z ciecierzycą 40g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 200ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2127.53 kcal; Białko ogółem: 42.80 g; Tłuszcz: 63.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 372.96 g; suma cukrów prostych: 33.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (***BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Filet rybny w panierce 70g (***GLU, JAJ, RYB, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2477.37 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 99.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-15	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (***BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Filet rybny na parze 70g (***RYB, SEL***), Cukinia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica drobiowa miodowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 60g (***SEL***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z dżemem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2343.56 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 90.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.36 g;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Suchary 40g (***GLU***),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Pyzy z mięsem 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 150ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Dżem owocowy 50g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Kopytka- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g (***BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: 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;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pyzy z mięsem 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: 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;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Ketchup 15g , Musztarda 15g (***GOR***), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kakao 250ml (***BIA***), **II Śniadanie:** Suchary 40g (***GLU***),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Pyzy z mięsem 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , **Podwieczorek:** Kasza manna z syropem 150g (***GLU, BIA***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: 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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Dżem owocowy 50g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml ,	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Kopytka- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g , Sos jogurtowo-owocowy bez cukru 150g (***BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Humus klasyczny 50g , mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: 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;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Zupa solferino z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Pyzy z mięsem 250g , Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), mieszanka europejska 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2544.56 kcal; Białko ogółem: 66.94 g; Tłuszcz: 109.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; suma cukrów prostych: 24.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Mix sałat 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Zupa krem z dyni i marchewki 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Pyzy z mięsem 250g , Brokuł parowany 100g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Włoszczyzna parowana 60g (***SEL***), Rukola 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka mleczna 100g (***GLU, JAJ, BIA, ORZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2270.56 kcal; Białko ogółem: 60.27 g; Tłuszcz: 76.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 359.63 g; suma cukrów prostych: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Kanapka z pastą z ciecierzycy i łososia 80g (***RYB, SOJ, SEL***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt ,	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z białym serem 80g (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 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;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ogórki kiszone 60g , Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Bulion warzywny z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 60g , Szpinak świeży 15g , Mix do smarowania 20g (***BIA***), **II Śniadanie:** Kanapka z dżemem 80g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Galaretka owocowa 150g (***GLU***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Herbata 250ml , Ogórki kiszone 60g , Pasta z bobu 50g , Szpinak świeży 15g , Masło roślinne 20g ,	Bulion warzywny z makaronem 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Tofu 70g (***SOJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew parowana 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka hetmańska 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 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;		
niedziela 2024-11-17	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka drobiowa familijna 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki kiszone 60g , Szpinak świeży 15g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL***), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka bartnika drobiowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Cukinia mrożona 60g , Roszponka 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** wafelki 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kisiel bez cukru 150ml (***GLU***),	Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Maślanka naturalna 150ml (***BIA***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2264.41 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz: 83.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; suma cukrów prostych: 37.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasta z czerwonej fasoli 50g (***SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2313.49 kcal; Białko ogółem: 55.61 g; Tłuszcz: 83.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; suma cukrów prostych: 34.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2349.74 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 84.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kisiel 150ml (***GLU***),	Kompot owocowy 250ml , Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Surówka wielowarzywna 150g , **Podwieczorek:** Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2533.70 kcal; Białko ogółem: 66.76 g; Tłuszcz: 92.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 380.51 g; suma cukrów prostych: 50.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z czerwonej fasoli 50g (***SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1955.64 kcal; Białko ogółem: 46.77 g; Tłuszcz: 65.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.16 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; suma cukrów prostych: 14.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa grochowa 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Surówka wielowarzywna 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2465.84 kcal; Białko ogółem: 66.72 g; Tłuszcz: 92.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 363.83 g; suma cukrów prostych: 37.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (***GLU, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Serek śmietankowy 50g (***BIA***), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Kluski śląskie- GOTOWE 250g , Sos pietruszkowy 150g (***GLU, BIA***), Włoszczyzna parowana 150g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Marchewka świeża 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Przecier owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2241.57 kcal; Białko ogółem: 62.24 g; Tłuszcz: 69.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; suma cukrów prostych: 40.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Krakersy 15g (***GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***), **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Bułka graham 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2206.87 kcal; Białko ogółem: 68.27 g; Tłuszcz: 79.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 332.03 g; suma cukrów prostych: 21.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (***GLU, JAJ, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2260.16 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; Tłuszcz: 75.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 356.35 g; suma cukrów prostych: 39.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (***GLU, JAJ, BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2373.38 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; Tłuszcz: 81.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; suma cukrów prostych: 40.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Pomidor 60g , Paprykarz 50g , Rukola 15g , **II Śniadanie:** Krakersy 15g (***GLU, ORZ, BIA, SEL, GOR***),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***), **Podwieczorek:** Owoc 100g ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2625.15 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 91.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 391.51 g; suma cukrów prostych: 56.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z kukurydzy 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Sos pieczarkowy 150g (***GLU, BIA***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2101.82 kcal; Białko ogółem: 49.25 g; Tłuszcz: 65.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 354.20 g; suma cukrów prostych: 26.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Paprykarz 50g , Pomidor 60g , Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z marchewki 150g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Ser żółty półtłusty 30g (***BIA***), Ogórki konserwowe 60g (***SEL, GOR***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2489.48 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 89.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; suma cukrów prostych: 42.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Szynka złocista 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Seler parowany 60g (***SEL***), Rukola 15g , Herbata 250ml ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (***GLU, SOJ, SEL***), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Kompot owocowy 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, BIA***),	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Kiełbasa żywiecka 40g , Seler parowany 60g (***SEL***), Szpinak świeży 15g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Rogal 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2315.30 kcal; Białko ogółem: 70.96 g; Tłuszcz: 78.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; suma cukrów prostych: 37.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g;		

środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 60g , Bulion warzywny 300g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałata 15g , **II Śniadanie:** Chrupki kukurydziane 30g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Sok warzywny 150g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2122.77 kcal; Białko ogółem: 67.07 g; Tłuszcz: 73.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; suma cukrów prostych: 21.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z miodem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2179.82 kcal; Białko ogółem: 61.40 g; Tłuszcz: 73.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; suma cukrów prostych: 55.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2180.70 kcal; Białko ogółem: 71.54 g; Tłuszcz: 79.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Herbata 250ml , Ogórki zielone 60g , Bułka pszenna 150g (***GLU***), Sałata 15g , **II Śniadanie:** Chrupki kukurydziane 30g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z pasztetem 80g (***GLU, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2813.06 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 105.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.00 g; Węglowodany ogółem: 402.69 g; suma cukrów prostych: 40.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Dżem owocowy 50g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU***), Masło roślinne 20g , Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Sałatka z ciecierzycą 40g (***GLU, SOJ, SEL***), Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z miodem 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1848.93 kcal; Białko ogółem: 48.77 g; Tłuszcz: 56.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.59 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; suma cukrów prostych: 36.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 60g , Sałata 15g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Bitka drobiowa 70g (***SEL***), Dynia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2154.88 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 86.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 286.43 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna 150g (***GLU***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (***GLU, BIA***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Herbata 250ml , Polędwica sopocka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Cukinia parowana 60g , Sałata 15g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (***GLU, SOJ, BIA, SEL***), Bitka drobiowa 70g (***SEL***), Dynia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (***GLU***), Mix do smarowania 20g (***BIA***), Twarożek z ziołami 40g (***BIA, SEL***), Herbata 250ml , Carpaccio z buraka 60g , Mix sałat 15g , **Posiłek nocny:** Kanapka z szynką 80g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***),
Wartości odżywcze: Energia : 2155.96 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 86.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 286.59 g; suma cukrów prostych: 45.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone