

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 : 2358.50 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 91.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.56 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g; suma cukrów prostych: 61.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;		
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2326.91 kcal; Białko ogółem: 65.03 g; Tłuszcz: 72.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 381.30 g; suma cukrów prostych: 72.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;		
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2474.42 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 92.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.89 g; Węglowodany ogółem: 365.74 g; suma cukrów prostych: 55.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;		
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</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>BIA, GLU PSZ</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2765.48 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 103.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.55 g; Węglowodany ogółem: 401.57 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;		
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g, Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), knedle z truskawkami 200g, Surówka z marchewki i jabłka 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2255.41 kcal; Białko ogółem: 55.68 g; Tłuszcz: 60.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 400.12 g; suma cukrów prostych: 55.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ketchup 15g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</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 PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2590.52 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz: 100.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 370.60 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;		
<b>sobota 2025-02-01</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), knedle z truskawkami 200g, Sos jogurtowy 150g ( <b>BIA</b> ), Przecier owocowy 100g 1szt, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2386.53 kcal; Białko ogółem: 67.68 g; Tłuszcz: 79.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 369.39 g; suma cukrów prostych: 47.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		
<b>niedziela 2025-02-02</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok warzywny 1szt ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.57 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 100.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 327.96 g; suma cukrów prostych: 41.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;		
<b>niedziela 2025-02-02</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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, GLU PSZ</b> ), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g, Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet sojowy 40g, Ogórki konserwowe 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), Roszponka 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> wafelki 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2513.72 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 81.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 401.47 g; suma cukrów prostych: 81.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;		
<b>niedziela 2025-02-02</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 zieleciną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka drobiowa 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 : 2623.64 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 105.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.42 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2438.20 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz: 84.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 371.32 g; suma cukrów prostych: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.73 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2474.45 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 86.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; suma cukrów prostych: 38.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel 150ml ( <b>GLU</b> ),	Kompot owocowy 250ml , Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2658.41 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 94.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 385.70 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g , Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2097.74 kcal; Białko ogółem: 69.85 g; Tłuszcz: 67.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; suma cukrów prostych: 19.14 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Kapusta czerwona na ciepło 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2590.55 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 94.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 369.01 g; suma cukrów prostych: 40.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-02-03</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml , Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Jajko sadzone 2szt ( <b>JAJ</b> ), Dynia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g , Mix sałat 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2457.95 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 84.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g;		
<b>wtorek 2025-02-04</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Ser żółty półtłusty 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szyńka prasowana z indykiem 20g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Krakersy 15g ( <b>GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR</b> ),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka wielowarzywna 100g ,	Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka graham 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2413.80 kcal; Białko ogółem: 76.20 g; Tłuszcz: 111.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.11 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; suma cukrów prostych: 40.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;		
<b>wtorek 2025-02-04</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Ser żółty półtłusty 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 60g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos pomidorowy z tofu 100g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2525.58 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 101.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.13 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; suma cukrów prostych: 56.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;		
<b>wtorek 2025-02-04</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml , Roszponka 15g , Ser żółty półtłusty 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szyńka prasowana z indykiem 20g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Makaron gotowany 250g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Surówka z kapusty białej i buraczków 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2712.83 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 115.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.94 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; suma cukrów prostych: 58.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;		
<b>wtorek 2025-02-04</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Roszponka 15g , Herbata 250ml , Ser żółty półtłusty 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki kiszzone 60g , Szyńka prasowana z indykiem 20g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Krakersy 15g ( <b>GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR</b> ),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos Bolognese 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</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> ),	Pasta jajeczna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), mieszanka europejska 60g , Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Rukola 15g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Bułka świderk 100g ( <b>GLU, JAJ, BIA, ORZ WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2785.94 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 103.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; suma cukrów prostych: 55.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-02-05</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopočka 40g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Ogórki zielone 60g, Sałata 15g, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1993.44 kcal; Białko ogółem: 63.88 g; Tłuszcz: 61.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 314.57 g; suma cukrów prostych: 55.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g;		
<b>środa 2025-02-05</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica sopočka 40g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ</b> ), Herbata 250ml, Ogórki zielone 60g, Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Sałata 15g, <b>II Śniadanie:</b> Chrupki kukurydziane 30g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Jabłka świeże 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2625.80 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 87.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 399.68 g; suma cukrów prostych: 58.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;		
<b>środa 2025-02-05</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g, Herbata 250ml, Dżem owocowy 50g, Ogórki zielone 60g, Sałata 15g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet warzywny 100g ( <b>JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Kompot owocowy 250ml, Jabłka świeże 150g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1688.26 kcal; Białko ogółem: 38.90 g; Tłuszcz: 41.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; suma cukrów prostych: 56.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;		
<b>środa 2025-02-05</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Polędwica sopočka 40g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ</b> ), Ogórki zielone 60g, Sałata 15g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Sos szpinakowy 50g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2002.23 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Tłuszcz: 66.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; suma cukrów prostych: 40.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;		
<b>środa 2025-02-05</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g ( <b>BIA, GLU JĘCZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Herbata 250ml, Polędwica sopočka 40g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ</b> ), Brokuł parowany 60g, Sałata 15g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Sos szpinakowy 50g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż biały na sypko 150g, Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2009.79 kcal; Białko ogółem: 69.41 g; Tłuszcz: 66.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 301.19 g; suma cukrów prostych: 40.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g;		







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-02-07</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g , Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1966.86 kcal; Białko ogółem: 40.91 g; Tłuszcz: 56.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.26 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; suma cukrów prostych: 26.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;		
<b>piątek 2025-02-07</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>JAJ, BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</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 PSZ</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 dżemem 80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2172.99 kcal; Białko ogółem: 72.33 g; Tłuszcz: 89.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 287.20 g; suma cukrów prostych: 41.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g;		
<b>piątek 2025-02-07</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z makaronem zacierką 300g ( <b>JAJ, BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 40g , Ogórki zielone 60g , Sałata 15g , Herbata 250ml ,	Zupa jarzynowa z ryżem (OT) 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet rybny 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Cukinia parowana 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica 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> Kanapka z dżemem 80g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2140.80 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz: 70.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; suma cukrów prostych: 41.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g , <b>Podwieczorek:</b> Kefir naturalny 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 : 2251.06 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 95.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; suma cukrów prostych: 22.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g ( <b>SEL, GLU JĘCZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1952.39 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 60.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 322.46 g; suma cukrów prostych: 37.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2379.19 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz: 96.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 327.49 g; suma cukrów prostych: 19.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pierogi ruskie- GOTOWE 250g, Surówka wielowarzywna 150g, <b>Podwieczorek:</b> Kasza manna z syropem 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ),	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2484.52 kcal; Białko ogółem: 74.62 g; Tłuszcz: 97.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; suma cukrów prostych: 42.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.52 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g, Dżem owocowy 50g, Pomidor 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml,	Kompot owocowy 250ml, Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z ciecierzycą 300g ( <b>SEL, GLU JĘCZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1937.91 kcal; Białko ogółem: 49.52 g; Tłuszcz: 48.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.62 g; Węglowodany ogółem: 348.55 g; suma cukrów prostych: 31.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, 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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2495.29 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 104.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; suma cukrów prostych: 22.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g;		
<b>sobota 2025-02-08</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kasza jęczmienna na sytko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Żołądki drobiowe w sosie z warzywami 150g ( <b>SEL, GLU PSZ</b> ), Dynia parowana 150g,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</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 WŁO</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2216.77 kcal; Białko ogółem: 68.66 g; Tłuszcz: 77.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 331.77 g; suma cukrów prostych: 26.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-02-09</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Bulka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 60g, Szpinak świeży 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 200g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 100g, Kompot owocowy 250ml,	Bulka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka 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 : 2770.69 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 112.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.00 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; suma cukrów prostych: 113.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;		
<b>niedziela 2025-02-09</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Bulka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka drobiowa familijna 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki kiszzone 60g, Szpinak świeży 15g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Udko z kurczaka pieczone 200g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bulka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka 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 : 2711.20 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 108.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; suma cukrów prostych: 132.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel bez cukru 150ml ( <b>GLU</b> ),	Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie-GOTOWE 250g, Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką 80g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2279.65 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 84.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 343.65 g; suma cukrów prostych: 37.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2311.34 kcal; Białko ogółem: 56.53 g; Tłuszcz: 83.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; suma cukrów prostych: 33.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Polędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2347.59 kcal; Białko ogółem: 64.94 g; Tłuszcz: 85.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 356.14 g; suma cukrów prostych: 33.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: DP Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel 150ml ( <b>GLU</b> ),	Kompot owocowy 250ml, Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowy 200ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2531.55 kcal; Białko ogółem: 67.68 g; Tłuszcz: 93.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 377.68 g; suma cukrów prostych: 48.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło roślinne 20g, Pasta z czerwonej fasoli 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1970.88 kcal; Białko ogółem: 48.22 g; Tłuszcz: 66.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 325.10 g; suma cukrów prostych: 14.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Zupa grochowa 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pieczarkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2463.69 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz: 93.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.42 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; suma cukrów prostych: 36.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;		
<b>poniedziałek 2025-02-10</b>		
<b>Dieta: DP LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g, Sałata 15g, Herbata 250ml, Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ),	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 450g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ</b> ), Kluski śląskie- GOTOWE 250g, Sos pietruszkowy 150g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Dynia parowana 150g, Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Połędwica Ani 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Brokuł parowany 60g, Mix sałat 15g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Przecier owocowy 100g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2234.06 kcal; Białko ogółem: 62.51 g; Tłuszcz: 71.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 353.39 g; suma cukrów prostych: 40.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;		