Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-09-01 poniedziałek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Kakao (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Kajzerka (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE***) Masło (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa Serek homogenizowany z natką pietruszki (***7-MLE***) Papryka Sałata lodowa Herbata Cukier	Zupa z zielonego groszku po florencku (***7-MLE, 9-SEL***) Sos boloński wieprzowy (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Makaron spaghetti (***1-GLU***) Surówka z ogórka kiszonego z jabłkiem Kompot owocowy Arbuz	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka na kartki Schab parowany Ogórek kiszony Sałata Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 604,1** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz [g] 98** **Węglowodany ogółem [g] 336** **Błonnik pokarmowy [g] 34** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3** **suma cukrów prostych [g] 94,4**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Kakao bez cukru (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa Serek homogenizowany z natką pietruszki (***7-MLE***) Papryka Sałata lodowa Herbata	Zupa z zielonego groszku po florencku (***7-MLE, 9-SEL***) Sos boloński wieprzowy (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Makaron spaghetti pełnoziarnisty Surówka z ogórka kiszonego z jabłkiem Kompot owocowy bez cukru Brzoskwinia	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka na kartki Schab parowany Ogórek kiszony Sałata Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,9** **Białko ogółem [g] 88** **Tłuszcz [g] 98,9** **Węglowodany ogółem [g] 273,3** **Błonnik pokarmowy [g] 44,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3** **suma cukrów prostych [g] 46,1**
2025-09-02 wtorek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Kurczak gotowany z kurnej półki Twarożek z ziołami (***7-MLE***) Ogórek Sałata herbata owocowa Cukier	Zupa meksykańska z kaszą pęczak (***1-GLU, 9-SEL***) Gulasz drobiowy (***1-GLU, 9-SEL***) Sos jasny z ziołami prowansalskimi (***1-GLU, 7-MLE***) Ziemniaki Kapusta modra zasmażana z żurawiną Brokuły Kompot owocowy Winogrona	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Łopatka z pietruszką (***1-GLU***) Sałatka makaronowa z wędliną, serem i warzywami (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor Sałata lodowa Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 523,7** **Białko ogółem [g] 109,3** **Tłuszcz [g] 88,2** **Węglowodany ogółem [g] 337,8** **Błonnik pokarmowy [g] 39,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6** **suma cukrów prostych [g] 85,3**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Kurczak gotowany z kurnej półki Twarożek z ziołami (***7-MLE***) Ogórek Sałata herbata owocowa	Zupa meksykańska z kaszą pęczak (***1-GLU, 9-SEL***) Gulasz drobiowy (***1-GLU, 9-SEL***) Ryż brązowy Sos jasny z ziołami prowansalskimi (***1-GLU, 7-MLE***) Brokuły Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c Kompot owocowy bez cukru Jabłko	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Łopatka z pietruszką (***1-GLU***) Sałatka makaronowa (makaron raz) z wędliną, serem i warzywami (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor Sałata lodowa Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 463,9** **Białko ogółem [g] 104** **Tłuszcz [g] 89,5** **Węglowodany ogółem [g] 322,9** **Błonnik pokarmowy [g] 54,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8** **suma cukrów prostych [g] 38**
2025-09-03 środa	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Kawa mleczna (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynkowa extra (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Twarożek z awokado i rzodkiewką (***7-MLE***) Rzodkiewka Sałata Herbata Cukier	Barszcz biały z ziemniakami (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca (***1-GLU***) Sos ziołowy (***1-GLU***) Kasza jęczmienna (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem Surówka z marchwii z chrzanem Kompot owocowy Morele	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt (***1-GLU***) Ser mozarella (***7-MLE***) Ogórek kiszony Sałata Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527,8** **Białko ogółem [g] 99,4** **Tłuszcz [g] 92,7** **Węglowodany ogółem [g] 332,9** **Błonnik pokarmowy [g] 41,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2** **suma cukrów prostych [g] 95,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2025-09-03 środa	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynkowa extra (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Twarożek z awokado i rzodkiewką (***7-MLE***) Rzodkiewka Sałata Herbata	Barszcz biały z ziemniakami (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca (***1-GLU***) Kasza jęczmienna (***1-GLU***) Surówka z marchwii z chrzanem b/c Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem Kompot owocowy bez cukru Morele	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt (***1-GLU***) Ser mozarella (***7-MLE***) Ogórek kiszony Sałata Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 269,2** **Białko ogółem [g] 94** **Tłuszcz [g] 89,8** **Węglowodany ogółem [g] 273,1** **Błonnik pokarmowy [g] 51,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8** **suma cukrów prostych [g] 54,1**
2025-09-04 czwartek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Kakao (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Ser biały (***7-MLE***) Filet z indyka maślany Ogórek Sałata Herbata Cukier Miód szt.	Zupa ogórkowa z ryżem (***7-MLE, 9-SEL***) Kotlet schabowy (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki Sałata ze śmietaną (***7-MLE***) Marchewka gotowana mini Kompot owocowy Brzoskwinia	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Krakowska sucha extra (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem (***3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor Sałata lodowa herbata owocowa Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 729,5** **Białko ogółem [g] 128,1** **Tłuszcz [g] 107,3** **Węglowodany ogółem [g] 320,2** **Błonnik pokarmowy [g] 34,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3** **suma cukrów prostych [g] 88,3**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Kakao bez cukru (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Ser biały (***7-MLE***) Filet z indyka maślany Ogórek Sałata Herbata	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym (***7-MLE, 9-SEL***) Kotlet schabowy z pieca diet. (***1-GLU, 3-JAJ***) Kasza gryczana Sałata ze śmietaną (***7-MLE***) Kalafior Kompot owocowy bez cukru Brzoskwinia	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem (***3-JAJ, 7-MLE***) Krakowska sucha extra (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor Sałata lodowa herbata owocowa	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 525,3** **Białko ogółem [g] 128,5** **Tłuszcz [g] 105,7** **Węglowodany ogółem [g] 264,4** **Błonnik pokarmowy [g] 47,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3** **suma cukrów prostych [g] 44,8**
2025-09-05 piątek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Kaziuk (***1-GLU***) Ser żółty (***7-MLE***) Papryka Sałata Herbata Cukier	Zupa porowo-serowa z ziemniakami (***7-MLE, 9-SEL***) Pulpet rybny (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB***) Kasza bulgur (***1-GLU***) Surówka z kapusty kiszonej Szpinak (***1-GLU***) Kompot owocowy Gruszka Sos koperkowo-cytrynowy jasny (***1-GLU, 7-MLE***)	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka z piersi kurczaka (***1-GLU***) Hummus buraczkowy Ogórek Sałata Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534** **Białko ogółem [g] 94,7** **Tłuszcz [g] 94** **Węglowodany ogółem [g] 330,4** **Błonnik pokarmowy [g] 41,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5** **suma cukrów prostych [g] 77,7**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Kaziuk (***1-GLU***) Ser żółty (***7-MLE***) Papryka Sałata Herbata	Zupa porowo-serowa z ziemniakami (***7-MLE, 9-SEL***) Pulpet rybny (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB***) Kasza bulgur (***1-GLU***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny (***1-GLU, 7-MLE***) Surówka z kapusty kiszonej b/c Szpinak (***1-GLU***) Kompot owocowy bez cukru Gruszka	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka z piersi kurczaka (***1-GLU***) Hummus buraczkowy Ogórek Sałata Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,8** **Białko ogółem [g] 90** **Tłuszcz [g] 94** **Węglowodany ogółem [g] 289,8** **Błonnik pokarmowy [g] 51,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3** **suma cukrów prostych [g] 48,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2025-09-06 sobota	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Kawa mleczna (***1-GLU, 7-MLE***) Kajzerka (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Ser biały (***7-MLE***) Pierś z kurnej półki (***1-GLU***) Rzodkiewka Sałata Rumianek Cukier	Zupa kalafiorowa (***7-MLE, 9-SEL***) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami Kasza kuskus (***1-GLU***) Sos rozmarynowy (***1-GLU***) Surówka wielowarzywna lekka z olejem (***9-SEL***) Fasolka gotowana Kompot owocowy Nektarynka	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa Szynka naturalna ze straganu Papryka Sałata lodowa Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 435,7** **Białko ogółem [g] 104,2** **Tłuszcz [g] 80,6** **Węglowodany ogółem [g] 330,6** **Błonnik pokarmowy [g] 38,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6** **suma cukrów prostych [g] 88,8**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Ser biały (***7-MLE***) Pierś z kurnej półki (***1-GLU***) Rzodkiewka Sałata Rumianek	Zupa kalafiorowa (***7-MLE, 9-SEL***) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami Makaron razowy (***1-GLU***) Sos rozmarynowy (***1-GLU***) Surówka wielowarzywna lekka z olejem (***9-SEL***) Fasolka gotowana Kompot owocowy bez cukru Nektarynka	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka naturalna ze straganu Pyzdra szynkowa Papryka Sałata lodowa Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,5** **Białko ogółem [g] 96,5** **Tłuszcz [g] 84,9** **Węglowodany ogółem [g] 275,7** **Błonnik pokarmowy [g] 48,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8** **suma cukrów prostych [g] 46,3**
2025-09-07 niedziela	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka (***1-GLU***) Jajko w jogurcie z koperkiem (***3-JAJ, 7-MLE***) Ogórek Sałata Herbata Cukier	Rosół z makaronem (***1-GLU, 9-SEL***) Karkówka pieczona w sosie miodowo-musztardowym (***10-GOR***) Sos chrzanowy (***1-GLU***) Ziemniaki Kalafior Surówka z pomidora z cebulą Kompot owocowy Arbuz	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka z zalewy Szuster (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Serek homogenizowany z natką pietruszki (***7-MLE***) Papryka Sałata Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 565,3** **Białko ogółem [g] 102,2** **Tłuszcz [g] 112** **Węglowodany ogółem [g] 291,8** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5** **suma cukrów prostych [g] 75,8**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka (***1-GLU***) Jajko w jogurcie z koperkiem (***3-JAJ, 7-MLE***) Ogórek Sałata Herbata	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym (***9-SEL***) Karkówka pieczona Kasza pęczak (***1-GLU***) Surówka z pomidora z cebulą Kalafior Kompot owocowy bez cukru Brzoskwinia	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka z zalewy Szuster (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Serek homogenizowany z natką pietruszki (***7-MLE***) Papryka Sałata Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,4** **Białko ogółem [g] 88,6** **Tłuszcz [g] 104,9** **Węglowodany ogółem [g] 219,9** **Błonnik pokarmowy [g] 41,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9** **suma cukrów prostych [g] 34,8**
2025-09-08 poniedziałek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Kakao (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Serek wiejski ze szczypiorkiem (***7-MLE***) Wieprzowina z zapiecka (***1-GLU***) Pomidor Sałata Herbata Cukier	Zupa pejzanka (***7-MLE, 9-SEL***) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Kasza jęczmienna (***1-GLU***) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki Surówka z kapusty czerwonej z olejem Kompot owocowy Morele Sos potrawkowy (***1-GLU, 9-SEL***)	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Sałatka szwabska (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR***) Szynkowa extra (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Ogórek kiszony Sałata Herbata owocowa Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,3** **Białko ogółem [g] 99,6** **Tłuszcz [g] 89,7** **Węglowodany ogółem [g] 336,7** **Błonnik pokarmowy [g] 36,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40** **suma cukrów prostych [g] 96,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2025-09-08 poniedziałek	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Kakao bez cukru (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Serek wiejski ze szczypiorkiem (***7-MLE***) Wieprzowina z zapiecka (***1-GLU***) Pomidor Sałata Herbata	Zupa pejzanka (***7-MLE, 9-SEL***) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Kasza jęczmienna (***1-GLU***) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki Surówka z kapusty czerwonej b/c Kompot owocowy bez cukru Morele Sos potrawkowy (***1-GLU, 9-SEL***)	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Sałatka szwabska (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR***) Szynkowa extra (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Ogórek kiszony Sałata Herbata owocowa	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,2** **Białko ogółem [g] 94,3** **Tłuszcz [g] 89,1** **Węglowodany ogółem [g] 280,3** **Błonnik pokarmowy [g] 48,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5** **suma cukrów prostych [g] 55,2**
2025-09-09 wtorek	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Jogurt owocowy (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Twarożek miętowy (***7-MLE***) Szynka Natura Lukullus Papryka Sałata Herbata Cukier	Zupa dyniowa z ziemniakami (***7-MLE, 9-SEL***) Zraz schabowy z szynką (***1-GLU, 10-GOR***) Sos pieczeniowy diet. (***1-GLU***) Kluski śląskie (***1-GLU, 3-JAJ***) Buraczki (***1-GLU, 9-SEL***) Surówka kopenhaska (***7-MLE, 10-GOR***) Kompot owocowy Melon miodowy	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Filet z indyka maślany Ser mozarella (***7-MLE***) Pomidor Szpinak baby Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,4** **Białko ogółem [g] 101,1** **Tłuszcz [g] 80,2** **Węglowodany ogółem [g] 333,4** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2** **suma cukrów prostych [g] 83,8**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Twarożek miętowy (***7-MLE***) Szynka Natura Lukullus Papryka Sałata Herbata	Zupa dyniowa z ziemniakami (***7-MLE, 9-SEL***) Zraz schabowy z szynką (***1-GLU, 10-GOR***) Kasza gryczana biała Bukiet warzyw 3-skł. Surówka kopenhaska (***7-MLE, 10-GOR***) Kompot owocowy bez cukru Jabłko	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Filet z indyka maślany Ser mozarella (***7-MLE***) Pomidor Szpinak baby Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,4** **Białko ogółem [g] 99,8** **Tłuszcz [g] 77,4** **Węglowodany ogółem [g] 267,1** **Błonnik pokarmowy [g] 50,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4** **suma cukrów prostych [g] 42,1**
2025-09-10 środa	Lux Med Kardiologia Podstawowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska (***1-GLU***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt (***1-GLU***) Serek homogenizowany z papryką (***7-MLE***) Ogórek Sałata lodowa Rumianek Cukier	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem muszelki (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL***) Stripsy z kurczaka w sezamie (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 11-SEZ***) Ziemniaki Brokuły Surówka z marchwi i jabłka Kompot owocowy Brzoskwinia	Chleb pszenno-żytni (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Schab parowany Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor Sałata Herbata Cukier	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 605,4** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 113,6** **Węglowodany ogółem [g] 297,9** **Błonnik pokarmowy [g] 37,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8** **suma cukrów prostych [g] 73,1**
	Lux Med Kardiologia Cukrzycowa	Jogurt naturalny (***7-MLE***) Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt (***1-GLU***) Serek homogenizowany z papryką (***7-MLE***) Ogórek Sałata lodowa Rumianek	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem razowym (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka pieczony Kasza orkiszowa Surówka z marchwi i jabłka Brokuły Kompot owocowy bez cukru Brzoskwinia	Chleb razowy (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło (***7-MLE***) Schab parowany Sałatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem (***1-GLU, 3-JAJ***) Pomidor Sałata Herbata	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 160,9** **Białko ogółem [g] 98,3** **Tłuszcz [g] 86,6** **Węglowodany ogółem [g] 242,8** **Błonnik pokarmowy [g] 48,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8** **suma cukrów prostych [g] 41,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Dussmann Polska sp. z o.o. Dora Metal
ul. Racjonalizacji 5, 02-673, Warszawa

Oznaczenia alergenów:

1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
9-SEL - Seler i produkty pochodne,
10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,