

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-07-01 środa	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Twarożek z ziołami 100 g (7-MLE) Kielki 5 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Żurek z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 180 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Hummus dyniowy 100 g Rzodkiewka 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500,8 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 377,7
	Luxmed Puławska Latwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Twarożek z ziołami 100 g (7-MLE) Kielki 5 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 180 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Hummus dyniowy 100 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 547,4 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 399,3
2026-07-02 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z serka wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Kielki 5 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml Jagodzianka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab parowany 40 g Miód szt. 1 szt Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 817,9 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 322,1
	Luxmed Puławska Latwostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z serka wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa zacierkowa 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Jagodzianka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab parowany 40 g Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,1 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 326,4
2026-07-03 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Crunchy czekoladowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany Tarczyński 40 g Jajko w jogurcie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 120 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecką 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Serek almette mini 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 405,3 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1

2026-07-03 piątek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Crunchy czekoladowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany Tarczyński 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa cukiniowa z dyniową z ziemniakami i mlekiem kokosowym 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Serek almette mini 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,6 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 300,2
2026-07-04 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ser pleśniowy 40 g (7-MLE) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 255 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 101,8 Węglowodany ogółem [g] 242,9
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Dżem szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 91,5 Węglowodany ogółem [g] 257,9
2026-07-05 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Szynka od szwagra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,1 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 247,1
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 100 g (7-MLE) Szynka od szwagra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434,7 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 280,6

2026-07-06 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Ryż 180 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 80 g Serek Tartare zielony 1 szt (5-OZI, 7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 768,4 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 375,8
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 80 g Serek Tartare zielony 1 szt (5-OZI, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 705,2 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 102,9 Węglowodany ogółem [g] 358
2026-07-07 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Truskawki 80 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Twarożek miętowy 100 g (7-MLE) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 400 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 705,5 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 333,1
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Truskawki 80 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Twarożek miętowy 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,5 Białko ogółem [g] 127,9 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 373,1
2026-07-08 środa	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 40 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g (7-MLE, 9-SEL) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g	Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 120 g (8-OWL, 11-SEZ) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidory koktajlowe 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 748,8 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 314,4

2026-07-08 środa	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 40 g Pasta twarogowa z warzywami 100 g (7-MLE, 9-SEL) Pomidor 90 g Salata 10 g	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Sałatka z buraka diet. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Ser biały 60 g (7-MLE) Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidory koktajlowe 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 722 Białko ogółem [g] 138,8 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 313,7
	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 100 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Dżem 1 szt Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Serek wiejski z koperkiem 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,2 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 287,5
2026-07-09 czwartek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 100 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Dżem 1 szt Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Ratatouille lekkostrawne 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Serek wiejski z koperkiem 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,5 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 269,1
	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kaziuk 40 g (1-GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g (7-MLE) Papryka 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 400 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron orzo 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Sałatka z rukolą, truskawkami, orzechami włoskimi i serem mozzarella 150 g (7-MLE, 8-OWL) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 703,2 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 332,2
2026-07-10 piątek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Kaziuk 40 g (1-GLU) Twarożek z koperkiem 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron orzo 180 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Sałatka z rukolą, truskawkami i serem mozzarella 150 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 636,3 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 351,4

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,