Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-11 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-11-11 środa	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Szynka naturalna ze straganu 40 g Ser pleśniowy 40 g (***7-MLE***) Twarożek z oliwkami 80 g (***7-MLE***) Ogórek 90 g Sałata 10 g	Krem z dyni. 400 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 120 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Kabanosy 30 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,9** **Białko ogółem [g] 84** **Tłuszcz [g] 108,6** **Węglowodany ogółem [g] 321,3** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kajzerka szt 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka naturalna ze straganu 40 g Twarożek z oliwkami 100 g (***7-MLE***) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g	Krem z dyni. 400 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 120 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Kabanosy 30 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 318,3** **Białko ogółem [g] 80,4** **Tłuszcz [g] 96,6** **Węglowodany ogółem [g] 336,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5**
2026-11-12 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt owocowy 150g 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Schab parowany 20 g Serek topiony trójkącik 1 szt (***7-MLE***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa brukselkowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku (z pieca) 100 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kasza kuskus 180 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Sałatka z ryżem brązowym, kurczakiem, edamame i ogórkiem 150 g (***3-JAJ, 11-SEZ***) Rzodkiewka 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 634,2** **Białko ogółem [g] 108,3** **Tłuszcz [g] 95,7** **Węglowodany ogółem [g] 343,4** **Błonnik pokarmowy [g] 38,1**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt owocowy 150g 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 40 g (***1-GLU***) Schab parowany 40 g Dżem szt 1 szt Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa marchwianka z ziemniakami 400 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 100 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 180 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Sałatka z ryżem i kurczakiem diet. 150 g Pomidor 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 610,4** **Białko ogółem [g] 110,3** **Tłuszcz [g] 77,5** **Węglowodany ogółem [g] 382** **Błonnik pokarmowy [g] 30,6**
2026-11-13 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Serek homogenizowany z papryką 100 g (***7-MLE***) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa neapolitanka z makaronem orzo 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna w cieście bazyliowym (smażona) 100 g (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE***) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszonej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (***3-JAJ***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Szynka na kartki 30 g Papryka 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 562,7** **Białko ogółem [g] 102,8** **Tłuszcz [g] 115,8** **Węglowodany ogółem [g] 280,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-13 piątek	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Serek homogenizowany z koperkiem 100 g (***7-MLE***) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa jarzynowa z orzo b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 100 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Jarzynki po grecku 120 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***) Ser biały 80 g (***7-MLE***) Szynka na kartki 20 g Pomidor 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432,7** **Białko ogółem [g] 114,3** **Tłuszcz [g] 95,6** **Węglowodany ogółem [g] 284,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,9**
2026-11-14 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany Tarczyński 40 g Serek wiejski 100 g (***7-MLE***) Ogórek kiszony 90 g Kiełki 5 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pyzdra schabowa 40 g Szynka delikatesowa z fileta 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379,5** **Białko ogółem [g] 100,2** **Tłuszcz [g] 83,2** **Węglowodany ogółem [g] 315,7** **Błonnik pokarmowy [g] 35,8**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany Tarczyński 40 g Serek wiejski 100 g (***7-MLE***) Pomidor 90 g Kiełki 5 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pyzdra schabowa 40 g Szynka delikatesowa z fileta 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 533,5** **Białko ogółem [g] 104,6** **Tłuszcz [g] 91,2** **Węglowodany ogółem [g] 339,9** **Błonnik pokarmowy [g] 32,3**
2026-11-15 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z natką diet. 100 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Papryka 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 100 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Szpinak 120 g (***1-GLU***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Ser biały 100 g (***7-MLE***) Kaziuk 40 g (***1-GLU***) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 520** **Białko ogółem [g] 149,2** **Tłuszcz [g] 118,1** **Węglowodany ogółem [g] 241,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z natką diet. 100 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor 90 g Sałata 10 g Kiełki 5 g	Rosół z makaronem 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 100 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Szpinak 120 g (***1-GLU***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Ser biały 100 g (***7-MLE***) Kaziuk 40 g (***1-GLU***) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,4** **Białko ogółem [g] 150,8** **Tłuszcz [g] 127,5** **Węglowodany ogółem [g] 236,1** **Błonnik pokarmowy [g] 20,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-16 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany premium 40 g (***1-GLU***) Ser żółty 40 g (***7-MLE***) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 150 g (***1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR***) Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***) Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos chrzanowy 60 g (***1-GLU***)	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 100 g (***5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-ŁUB***) Kiełki 5 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 875,5** **Białko ogółem [g] 128,3** **Tłuszcz [g] 114,1** **Węglowodany ogółem [g] 337,5** **Błonnik pokarmowy [g] 41,8**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany premium 40 g (***1-GLU***) Ser biały 100 g (***7-MLE***) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 400 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 100 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 509,9** **Białko ogółem [g] 118,6** **Tłuszcz [g] 91,9** **Węglowodany ogółem [g] 307,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3**
2026-11-17 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***) Pasztet z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Papryka 90 g Sałata 10 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Kabanosy 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (***7-MLE***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,1** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 105,4** **Węglowodany ogółem [g] 289,3** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***) Pasztet z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 180 g Cukinia pieczona z bazylią 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Kabanosy 30 g Serek wiejski z koperkiem 80 g (***7-MLE***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,4** **Białko ogółem [g] 99,2** **Tłuszcz [g] 102,6** **Węglowodany ogółem [g] 266,7** **Błonnik pokarmowy [g] 20,5**
2026-11-18 środa	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Kiełki 5 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (***7-MLE***) Sałatka owocowa diet. 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb żytni zdrówko 60 g Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 100 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 866,2** **Białko ogółem [g] 107,6** **Tłuszcz [g] 94,5** **Węglowodany ogółem [g] 400,2** **Błonnik pokarmowy [g] 41**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-18 środa	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Kiełki 5 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 400 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (***7-MLE***) Sałatka owocowa diet. 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 100 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 648** **Białko ogółem [g] 101,4** **Tłuszcz [g] 89,7** **Węglowodany ogółem [g] 364,3** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6**
2026-11-19 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 Kiełki 5 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g (***1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ***) Ryż brązowy 180 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 100 g (***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] 2 890,5** **Białko ogółem [g] 134,5** **Tłuszcz [g] 111,2** **Węglowodany ogółem [g] 349,5** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 selerowa z ziemniakami b/ml 400 ml (***9-SEL***) Filet z indyka pieczony 100 g Ryż brązowy 180 g Ratatouille lekkostrawne 120 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 100 g (***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] 2 802,3** **Białko ogółem [g] 131,1** **Tłuszcz [g] 103,9** **Węglowodany ogółem [g] 352,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1**
2026-11-20 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Kiełki 5 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszonej 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 zapiecka 40 g Hummus dyniowy z czarnuszką 80 g Serek almette mini 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,7** **Białko ogółem [g] 85,3** **Tłuszcz [g] 91,8** **Węglowodany ogółem [g] 271,8** **Błonnik pokarmowy [g] 31,9**
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Kiełki 5 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Jarzynki po grecku 120 g (***9-SEL***)	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Wieprzowina z zapiecka 40 g Hummus dyniowy z czarnuszką 80 g Serek almette mini 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,2** **Białko ogółem [g] 88,4** **Tłuszcz [g] 87,8** **Węglowodany ogółem [g] 277,3** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7**

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,