

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.08.01 sobota	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) 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 Mix salat 10 g	Zupa kokosowa z ryżem 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Befszytk 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 Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550,2 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 113,6 Węglowodany ogółem [g] 280,4
	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) 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 Salata 10 g	Zupa kokosowa z ryżem diet. 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Befszytk 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 Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 518 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 291,6
2026.08.02 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa	Kakao 250 g (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 Rozszponka 10 g	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) 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) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 704,2 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 133,1 Węglowodany ogółem [g] 278,6
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kakao 250 g (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 Salata 10 g	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 Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 682,2 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 289,4
2026.08.03 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 Salata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką w panierce 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) 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 żytni zdrowko 40 g 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 ziołowy 1 szt (5-OZI, 7-MLE) Kielki 5 g Ogórek małosolny 90 g Salata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 854,9 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 104,3 Węglowodany ogółem [g] 366,1

2026.08.03 poniedziałek	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) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) 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 ziołowy 1 szt (5-OZI, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 747,5 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 103,9 Węglowodany ogółem [g] 356,5
	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) 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 bazyliowy 60 g (1-GLU) 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) Salatka 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] 2 615,9 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 334,7
2026.08.04 wtorek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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) 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 bazyliowy 60 g (1-GLU) 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) Salatka 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] 2 752,9 Białko ogółem [g] 127,7 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 374,7
	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 ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kopytka 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] 2 640 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 319,9
2026.08.05 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 Sałata 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 400 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Salatka 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 Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 751,6 Białko ogółem [g] 133,4 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 337,8

2026.08.06 czwartek	Luxmed Pulawska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) 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 szt 1 szt Ogórek 90 g Sałata 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 panierce panko (smażony) 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 Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,8 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 303,9
	Luxmed Pulawska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) 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 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 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 Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375,2 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 286,4
2026.08.07 piątek	Luxmed Pulawska 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) 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 porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszanej 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 gruszką, serem pleśniowym i orzechami 150 g (7-MLE, 8-OWL, 10-GOR) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 737,5 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 337,8
	Luxmed Pulawska 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) 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 selerowa z ziemniakami b/ml 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) Kasza kuskus 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 mixu sałat z jajkiem i pomidorkami kok. diet. 150 g (3-JAJ) Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 647,4 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 332,3

2026.08.08 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 35 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (9-SEL, 13-LUB) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 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) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Kiełki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 770,4 Białko ogółem [g] 129,9 Tłuszcz [g] 115,8 Węglowodany ogółem [g] 315,9
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 35 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (9-SEL, 13-LUB) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 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) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Kiełki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 667 Białko ogółem [g] 126,8 Tłuszcz [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 313,4
2026.08.09 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa	Kakao 250 g (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) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z mixu salat z kurczakiem i warzywami 150 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Mizeria 120 g (7-MLE) 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 z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek 100 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600,6 Białko ogółem [g] 144,9 Tłuszcz [g] 121 Węglowodany ogółem [g] 264,9
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kakao 250 g (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) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z mixu salat z kurczakiem i pomidorkami koktajlowymi i oliwkami 150 g Pomidor 90 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki 120 g (1-GLU, 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 zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek 100 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 665 Białko ogółem [g] 149,4 Tłuszcz [g] 119,4 Węglowodany ogółem [g] 285,8
2026.08.10 poniedziałek	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) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka na kartki 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa zalewajka grzybowa z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 180 g Surówka z papryki z olejem 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 948 Białko ogółem [g] 124,2 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 378,7

2026.08.10 poniedziałek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka na kartki 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Ser biały 100 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Schab parowany 20 g Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,7 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 261,1
-------------------------	------------------------------	--	--	---	--

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,