

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026-10-01 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	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) Twarożek z pomarańczą 100 g 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 kokosowa z ryżem 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 150 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Surówka colleslaw 120 g (3-JAJ) 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] 2 432,8 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 312,7
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	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) Twarożek z pomarańczą 100 g 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 kokosowa z ryżem diet. 400 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab pieczony w ziołach 100 g (10-GOR) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	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] 2 505,8 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 315,4
2026-10-02 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt owocowy 150g 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 brukselkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Surówka z kapusty kiszonej 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] 2 802,7 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 378,7
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt owocowy 150g 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) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g 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] 2 824,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 385,5

2026-10-03 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 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 cukinii z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 150 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) Fasolka gotowana 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) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Kielki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 564,5 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 100,3 Węglowodany ogółem [g] 318,9
	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 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 cukinii z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) Brokuły 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) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Kielki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,7 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 316,9
2026-10-04 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kakao bez cukru 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 sałat z kurczakiem i warzywami 150 g Ogórek 90 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt 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] 2 464,5 Białko ogółem [g] 135,4 Tłuszcz [g] 114,8 Węglowodany ogółem [g] 249,3
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kakao bez cukru 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 sałat 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 Ziemniaki 180 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) 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] 2 515,4 Białko ogółem [g] 140,8 Tłuszcz [g] 116,6 Węglowodany ogółem [g] 258,7
2026-10-05 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	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 z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 180 g (1-GLU) 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 szwabska 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 858,4 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 359,1

2026-10-05 poniedziałek	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	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 z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (9-SEL, 13-LUB) 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] 2 338,2 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 287,5
	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 100 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Dżem szt 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Buraczki 120 g (1-GLU, 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) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 302,8
2026-10-06 wtorek	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 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) Twarożek z awokado i pietruszką 100 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Dżem szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,6 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 292,2
	Luxmed Puławska Podstawowa D01	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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kabanosy 30 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Leczo z ciecierzycą 180 g Ryż 180 g Surówka z marchwii z chrzanem 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) Kaziuk 40 g (1-GLU) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kielki 5 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 410,7 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 338,9
2026-10-07 środa	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kabanosy 30 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Leczo z soczewicą lekkie 180 g (13-LUB) Ryż 180 g Surówka z marchwii i jabłka 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) Kaziuk 40 g (1-GLU) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 671,5 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 368,5

2026-10-08 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Kawa mleczna bez cukru 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) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 100 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Kielki 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (3-JAJ) 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) Hummus z mango i sezamem 100 g (11-SEZ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 505,2 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 328,5
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 100 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kielki 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 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 indyka 40 g (1-GLU) Hummus z mango i sezamem 100 g (11-SEZ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 579,5 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 329,8
2026-10-09 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa D01	Jogurt owocowy 150g 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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz w płatkach kukurydzianych (smażony) 100 g (3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 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) Poledwica z piersi indyka 20 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 150 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 756,8 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 130,1 Węglowodany ogółem [g] 276
	Luxmed Puławska Łatwostrawna D02	Jogurt owocowy 150g 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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Ser biały 100 g (7-MLE) Dżem szt 1 szt Pomidory koktajlowe 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Jarzyny 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) Poledwica z piersi indyka 20 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 150 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 690,8 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 305,5

2026-10-10 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa D01	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-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Serek almette mini 1 szt Kabanosy 30 g Szynka od szwagra 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] 2 489,5 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 339,2
	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 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 35 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Makaron świderki 180 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Szpinak 120 g (1-GLU) 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) Serek almette mini 1 szt Kabanosy 30 g Szynka od szwagra 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] 2 403,1 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 335,5

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,