*Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 KUCHNIA GŁÓWNA*

| | | 1 | 3 | 5 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | SUMA |
| 2026-11-01 niedziela | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Polędwica z piersi indyka 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Sałatka z mixu sałat z kurczakiem i warzywami 150 g<br>Ogórek 90 g<br>Sałata 10 g | Rosół z makaronem 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Pałki z kurczaka pieczone 2 szt<br>Ziemniaki 180 g<br>Mizeria 120 g (***7-MLE***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka z zalewy Szuster 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Twarożek 100 g (***7-MLE***)<br>Miód szt. 1 szt<br>Papryka 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 464,5**<br>**Białko ogółem [g] 135,4**<br>**Tłuszcz [g] 114,8**<br>**Węglowodany ogółem [g] 249,3** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Polędwica z piersi indyka 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Sałatka z mixu sałat z kurczakiem i pomidorkami koktajlowymi i oliwkami 150 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g | Rosół z makaronem 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Pałki z kurczaka pieczone 2 szt<br>Ziemniaki 180 g<br>Bukiet warzyw 3-skł. 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka z zalewy Szuster 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Twarożek 100 g (***7-MLE***)<br>Miód szt. 1 szt<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 515,4**<br>**Białko ogółem [g] 140,8**<br>**Tłuszcz [g] 116,6**<br>**Węglowodany ogółem [g] 258,7** |
| 2026-11-02 poniedziałek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***)<br>Szynka na kartki 40 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (***9-SEL, 13-ŁUB***)<br>Eskalopki z indyka 100 g (***1-GLU***)<br>Sos pomidorowy 60 g (***1-GLU***)<br>Kasza kuskus 180 g (***1-GLU***)<br>Surówka z papryki z olejem 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Ser biały 80 g (***7-MLE***)<br>Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Sałatka szwabska 150 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 664,4**<br>**Białko ogółem [g] 122,3**<br>**Tłuszcz [g] 96,4**<br>**Węglowodany ogółem [g] 327,8** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-02 poniedziałek | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***)<br>Szynka na kartki 40 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (***9-SEL, 13-ŁUB***)<br>Eskalopki z indyka 100 g (***1-GLU***)<br>Sos pomidorowy 60 g (***1-GLU***)<br>Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Ser biały 100 g (***7-MLE***)<br>Szynkowa extra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Schab parowany 20 g<br>Miód szt. 1 szt<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,4**<br>**Białko ogółem [g] 115,9**<br>**Tłuszcz [g] 79**<br>**Węglowodany ogółem [g] 283,2** |
| 2026-11-03 wtorek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Chleb pszenno-żytni 45 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 45 g (***1-GLU***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek z grillowanym bakłażanem 100 g (***7-MLE***)<br>Pyzdra szynkowa 40 g<br>Dżem szt 1 szt<br>Papryka 90 g<br>Sałata 10 g | Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***)<br>Kotlet schabowy (smażony) 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Buraczki 120 g (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***)<br>Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (***7-MLE***)<br>Kiełki 5 g<br>Pomidor 90 g<br>Roszponka 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,7**<br>**Białko ogółem [g] 96,4**<br>**Tłuszcz [g] 103**<br>**Węglowodany ogółem [g] 304,8** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Chleb pszenno-żytni 45 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 45 g (***1-GLU***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek z grillowanym bakłażanem 100 g (***7-MLE***)<br>Pyzdra szynkowa 40 g<br>Dżem szt 1 szt<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g | Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Buraczki 120 g (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***)<br>Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (***7-MLE***)<br>Kiełki 5 g<br>Pomidor 90 g<br>Roszponka 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,2**<br>**Białko ogółem [g] 99,2**<br>**Tłuszcz [g] 95,7**<br>**Węglowodany ogółem [g] 294,4** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-04 środa | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***)<br>Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***)<br>Kabanosy 30 g<br>Ogórek 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***)<br>Leczo z ciecierzycą 180 g<br>Ryż brązowy 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb żytni zdrówko 40 g<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Kaziuk 40 g (***1-GLU***)<br>Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***4-RYB, 7-MLE***)<br>Kiełki 5 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 531,4**<br>**Białko ogółem [g] 87,9**<br>**Tłuszcz [g] 92,5**<br>**Węglowodany ogółem [g] 345,6** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***)<br>Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***)<br>Kabanosy 30 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 400 ml (***9-SEL***)<br>Leczo z soczewicą lekkie 180 g (***13-ŁUB***)<br>Ryż brązowy 180 g<br>Surówka z marchwi i jabłka 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Kaziuk 40 g (***1-GLU***)<br>Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***4-RYB, 7-MLE***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 687,3**<br>**Białko ogółem [g] 102,6**<br>**Tłuszcz [g] 92,4**<br>**Węglowodany ogółem [g] 380** |
| 2026-11-05 czwartek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek bazyliowy 100 g (***7-MLE***)<br>Krakowska sucha extra 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Rzodkiewka 90 g<br>Rukola 10 g<br>Kiełki 5 g | Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 400 ml (***8-OWŁ, 9-SEL***)<br>Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (***1-GLU***)<br>Sos musztardowy 60 g (***1-GLU, 7-MLE, 10-GOR***)<br>Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***)<br>Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (***3-JAJ***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***)<br>Hummus z mango i sezamem 100 g (***11-SEZ***)<br>Ogórek 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 582,9**<br>**Białko ogółem [g] 112,6**<br>**Tłuszcz [g] 89,4**<br>**Węglowodany ogółem [g] 337,1** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-05 czwartek | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek bazyliowy 100 g (***7-MLE***)<br>Krakowska sucha extra 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Pomidor 90 g<br>Rukola 10 g<br>Kiełki 5 g | Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 400 ml (***8-OWŁ, 9-SEL***)<br>Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (***1-GLU***)<br>Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***)<br>Bukiet warzyw 3-skł. 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka z indyka 40 g (***1-GLU***)<br>Hummus z mango i sezamem 100 g (***11-SEZ***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 640,9**<br>**Białko ogółem [g] 115,4**<br>**Tłuszcz [g] 94,7**<br>**Węglowodany ogółem [g] 340** |
| 2026-11-06 piątek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Jogurt owocowy 150g 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***)<br>Ser żółty 40 g (***7-MLE***)<br>Pomidory koktajlowe 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***)<br>Miruna panierowana (smażona) 100 g (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Surówka z kapusty kiszonej 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Polędwica z piersi indyka 20 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Pasta jajeczna z pieczarkami 80 g (***3-JAJ***)<br>Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 150 g (***3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR***)<br>Ogórek kiszony 90 g<br>Kiełki 5 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 657,5**<br>**Białko ogółem [g] 123,6**<br>**Tłuszcz [g] 120**<br>**Węglowodany ogółem [g] 276,5** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Jogurt owocowy 150g 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***)<br>Ser biały 100 g (***7-MLE***)<br>Dżem szt 1 szt<br>Pomidory koktajlowe 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa koperkowa z ryżem b/ml 400 ml (***9-SEL***)<br>Miruna pieczona z koperkiem 100 g (***4-RYB***)<br>Sos koperkowy 60 g (***1-GLU***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Jarzynki po grecku 120 g (***9-SEL***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Polędwica z piersi indyka 20 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (***3-JAJ, 7-MLE***)<br>Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 150 g (***3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR***)<br>Pomidor 90 g<br>Kiełki 5 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 717,8**<br>**Białko ogółem [g] 134,3**<br>**Tłuszcz [g] 110,5**<br>**Węglowodany ogółem [g] 305,5** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-07 sobota | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Kajzerka szt 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 100 g (***7-MLE***)<br>Łopatka z pietruszką 40 g (***1-GLU***)<br>Ogórek 90 g<br>Sałata 10 g | Barszcz ukraiński 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***)<br>Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***)<br>Sos ziołowy 60 g (***1-GLU***)<br>Kasza gryczana biała 180 g<br>Szpinak 120 g (***1-GLU***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Serek almette mini 1 szt<br>Kabanosy 30 g<br>Szynka od szwagra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,5**<br>**Białko ogółem [g] 100,1**<br>**Tłuszcz [g] 88,3**<br>**Węglowodany ogółem [g] 294,5** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Kajzerka szt 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ***)<br>Chleb pszenno-żytni 35 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 35 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Twarożek z natką pietruszki 100 g (***7-MLE***)<br>Łopatka z pietruszką 40 g (***1-GLU***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g | Barszcz ukraiński diet. b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***)<br>Kasza gryczana biała 180 g<br>Sos ziołowy 60 g (***1-GLU***)<br>Szpinak 120 g (***1-GLU***)<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Serek almette mini 1 szt<br>Kabanosy 30 g<br>Szynka od szwagra 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,1**<br>**Białko ogółem [g] 103**<br>**Tłuszcz [g] 89,2**<br>**Węglowodany ogółem [g] 299,4** |
| 2026-11-08 niedziela | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (***7-MLE***)<br>Pyzdra schabowa 40 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***)<br>Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g<br>Ziemniaki 180 g<br>Marchewka z groszkiem 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Kurczak gotowany premium 40 g (***1-GLU***)<br>Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (***3-JAJ***)<br>Rzodkiewka 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 517,3**<br>**Białko ogółem [g] 111**<br>**Tłuszcz [g] 115**<br>**Węglowodany ogółem [g] 266,7** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Musli owocowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (***7-MLE***)<br>Pyzdra schabowa 40 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g<br>Ziemniaki 180 g<br>Marchewka gotowana mini 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Kurczak gotowany premium 40 g (***1-GLU***)<br>Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***)<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,3**<br>**Białko ogółem [g] 111,3**<br>**Tłuszcz [g] 107,6**<br>**Węglowodany ogółem [g] 271** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-09 poniedziałek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka tostowa z kurcząt 40 g (***1-GLU***)<br>Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***)<br>Papryka 90 g<br>Roszponka 10 g | Żurek z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***)<br>Rolada drobiowa z morelą 100 g<br>Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g<br>Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***)<br>Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Pasta z tuńczyka diet. 100 g (***4-RYB, 7-MLE***)<br>Szynka z zalewy Szuster 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Ogórek 90 g<br>Kiełki 5 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 826,7**<br>**Białko ogółem [g] 115,8**<br>**Tłuszcz [g] 108,2**<br>**Węglowodany ogółem [g] 358,2** |
| | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***)<br>Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka tostowa z kurcząt 40 g (***1-GLU***)<br>Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***)<br>Pomidor 90 g<br>Roszponka 10 g | Żurek z ziemniakami diet. b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Rolada drobiowa z morelą 100 g<br>Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g<br>Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***)<br>Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka z zalewy Szuster 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***)<br>Pasta z tuńczyka diet. 100 g (***4-RYB, 7-MLE***)<br>Kiełki 5 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 753,9**<br>**Białko ogółem [g] 114,2**<br>**Tłuszcz [g] 98,1**<br>**Węglowodany ogółem [g] 367,1** |
| 2026-11-10 wtorek | Luxmed Puławska Podstawowa D01 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***)<br>Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Krakowska sucha extra 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Ser żółty 40 g (***7-MLE***)<br>Miód szt. 1 szt<br>Rzodkiewka 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***)<br>Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (***3-JAJ, 9-SEL***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Surówka czerwony collesław 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Chleb razowy 60 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka na kartki 40 g<br>Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem 150 g (***1-GLU***)<br>Pomidor 90 g<br>Kiełki 5 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 537,1**<br>**Białko ogółem [g] 102,6**<br>**Tłuszcz [g] 98,2**<br>**Węglowodany ogółem [g] 312,3** |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2026-11-10 wtorek | Luxmed Puławska Łatwostrawna D02 | Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)<br>Crunchy czekoladowe 20 g (***1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ***)<br>Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Krakowska sucha extra 40 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)<br>Ser biały 100 g (***7-MLE***)<br>Miód szt. 1 szt<br>Pomidor 90 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | Zupa brokułowa z kaszą bulgur i ziemniakami b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***)<br>Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (***3-JAJ, 9-SEL***)<br>Ziemniaki 180 g<br>Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g<br>Kompot owocowy 250 ml<br>Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g | Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)<br>Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***)<br>Masło 20 g (***7-MLE***)<br>Szynka na kartki 40 g<br>Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 150 g (***1-GLU***)<br>Pomidor 90 g<br>Kiełki 5 g<br>Sałata 10 g<br>Herbata lipton 1 szt<br>Cukier stick 2 szt | **Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,8**<br>**Białko ogółem [g] 111,8**<br>**Tłuszcz [g] 83,7**<br>**Węglowodany ogółem [g] 306,7** |



**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,*