

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.07.21 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Crunchy czekoladowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL) Truskawki 70 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser żółty 40 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 180 g Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot rabarbarowy 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 na kartki 40 g Sałatka hawajska 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,5 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 287,5
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Crunchy czekoladowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL) Truskawki 70 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 100 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 180 g Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot rabarbarowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 40 g Sałatka kalafiorowa z szynką diet. 150 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 435,3 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 295,9
2026.07.22 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) 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 Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa meksykańska z ziemniakami 400 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem 4 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Kalafior 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynkowa extra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Kabanosy 30 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 936,3 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 132,5 Węglowodany ogółem [g] 395
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 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) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) 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	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 4 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Kalafior 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 100 g (13-LUB) Szynkowa extra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Kabanosy 30 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 896,9 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 445,3

2026.07.23 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 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) 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 ryżanka z natką pietruszki 400 ml (9-SEL) Kotlet schabowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb żytni zdrowko 60 g Masło 20 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Rzodkiewka 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,1 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 283,4
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt owocowy 150g 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) Schab parowany 40 g Dżem szt 1 szt Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g 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) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z tortellini diet. 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 282,6 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 296,5
2026.07.24 piątek	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) 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	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ryż 180 g Surówka wielowarzywna 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) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Rzodkiewka 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 788,2 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 109,1 Węglowodany ogółem [g] 349,7
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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) 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	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 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) 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 Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 718,3 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 354,3
2026.07.25 sobota	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) 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 z ricottą 100 g (7-MLE) Ogórek kiszony 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) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Ogórek małosolny 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) 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] 2 404 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 319,8

2026.07.25 sobota	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 Tarczyński 40 g Serek wiejski z ricottą 100 g (7-MLE) 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) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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-OWL, 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] 2 527 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 345,2
	Luxmed Puławska Podstawowa	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) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Pasta jajeczna z natką diet. 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Ziemniaki 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g Kompot owocowy bez cukru 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 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] 2 600,2 Białko ogółem [g] 156,3 Tłuszcz [g] 124,8 Węglowodany ogółem [g] 244,8
2026.07.26 niedziela	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Pasta jajeczna z natką diet. 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Kielki 5 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 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) 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] 2 651,6 Białko ogółem [g] 157,9 Tłuszcz [g] 134,2 Węglowodany ogółem [g] 238,9
	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) 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 szczawiowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udźziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 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) 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-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Kielki 5 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 585,6 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 344,6
2026.07.27 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) 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 szpinakowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Udźziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 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) 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] 2 432,8 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 340,6

2026.07.28 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Serek wiejski 80 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata 10 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 180 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) Surówka czerwony collesław 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) 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] 2 582 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 337,2
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna bez cukru 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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Serek wiejski 80 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) Cukinia pieczona z bazylią 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 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] 2 521,4 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 334,2
2026.07.29 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) Łopatką 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	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 3 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-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) Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 100 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Rzodkiewka 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 587,5 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 369,5
	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) Łopatką 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	Botwinka lekka b/ml 400 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 3 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-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i koperkiem 100 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 570,6 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 371,2
2026.07.30 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) Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ) Ziemniaki 180 g Surówka kopenhaska 120 g (7-MLE, 10-GOR) 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 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] 2 837 Białko ogółem [g] 135,4 Tłuszcz [g] 124,9 Węglowodany ogółem [g] 301,3

2026.07.30 czwartek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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 sera 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) Filet z indyka pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 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) 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] 2 423,1 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 290,5
	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 kartoflanka ślaska 400 ml (9-SEL) Miruna pieczona 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 kiszonej młodej 120 g Kompot owocowy 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 zapiecka 40 g Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Serek almette mini 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404,4 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 289,6
	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 ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL)	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 Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL) Serek almette mini 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 310,9

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,