

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.08.21 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 wielowarzynna 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] 2 825,4 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 113,2 Węglowodany ogółem [g] 349,8
	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 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) 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] 2 755,5 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 354,3
2026.08.22 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 100 g (7-MLE) Ogórek kiszony 90 g Kielki 5 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy 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] 2 763,6 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 100,8 Węglowodany ogółem [g] 358,9
	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 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Kielki 5 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) Kotlet pożarski drobiowy 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] 2 646,9 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 103,7 Węglowodany ogółem [g] 339,3

2026.08.23 niedziela	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] 2 637,4 Białko ogółem [g] 156,4 Tłuszcz [g] 128,9 Węglowodany ogółem [g] 244,8
	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] 2 688,8 Białko ogółem [g] 158 Tłuszcz [g] 138,3 Węglowodany ogółem [g] 238,9
2026.08.24 poniedziałek	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) 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) Łazanki z kapustą i mięsem 350 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 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] 2 620 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 107,1 Węglowodany ogółem [g] 318,1
	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 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 marchwianka z ziemniakami 400 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 350 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) 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] 2 554,9 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 347
2026.08.25 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) Schab pieczony w majeranku 100 g Ryż 180 g Surówka czerwony colleslaw 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos paprykowy 60 g	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] 2 608,2 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 343,4

2026.08.25 wtorek	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) Schab pieczony w majeranku 100 g Ryż 180 g Cukinia pieczona z bazylią 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) 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] 2 532,1 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 337,6
2026.08.26 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) Łopatka 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 ziemniakami 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) Chleb żytni zdrowko 60 g 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] 2 684,6 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 402
	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) Łopatka 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 brokułowa z ziemniakami 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] 2 466,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 366,1
2026.08.27 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 sera 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 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] 2 874,2 Białko ogółem [g] 135,4 Tłuszcz [g] 129 Węglowodany ogółem [g] 301,4

2026.08.27 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) Szyńka 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) Salatka 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] 2 482 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 290,6
2026.08.28 piątek	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 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] 2 462,3 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 103,9 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] 2 414,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 310,9
2026.08.29 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) Szyńkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ser pleśniowy 40 g (7-MLE) Kielki 5 g Ogórek 90 g Sałata 10 g	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (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) Szyńka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 466,3 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 114,6 Węglowodany ogółem [g] 261,2

2026.08.29 sobota	Luxmed Pulawska 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 Sałata 10 g Kielki 5 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Kotlet mielony 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 Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,6 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 275,9
	Luxmed Pulawska 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 Roszponka 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) 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 Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 586,6 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 131,4 Węglowodany ogółem [g] 256
2026.08.30 niedziela	Luxmed Pulawska 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 Sałata 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 Sałata 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
	Luxmed Pulawska Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Crunchy czekoladowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 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) Pyzdra szynkowa 40 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 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 razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) 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 Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 837,7 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 362,2
2026.08.31 poniedziałek	Luxmed Pulawska 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	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 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] 2 776,3 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 113,8 Węglowodany ogółem [g] 343,8

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,