

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.02.11 środa	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 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) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Twarożek z ziołami 100 g (7-MLE) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Łosoś pieczony 100 g (4-RYB) Makaron pene 180 g (1-GLU) Sos pieczarkowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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 tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU) Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g (3-JAJ) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,3</b> <b>Białko ogółem [g] 113,5</b> <b>Tłuszcz [g] 107,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 288,4</b>
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 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) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Twarożek z ziołami 100 g (7-MLE) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Łosoś pieczony 100 g (4-RYB) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Makaron pene 180 g (1-GLU) Kalań 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 tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU) Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g (3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571</b> <b>Białko ogółem [g] 116,1</b> <b>Tłuszcz [g] 104,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 299,1</b>
2026.02.12 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 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta na zielono z serka wiejskiego, awokado i szpinaku 100 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 180 g Surówka z pora (z majonezem) 120 g (3-JAJ, 7-MLE) 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 Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pączek 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 103,6</b> <b>Białko ogółem [g] 129,6</b> <b>Tłuszcz [g] 109,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 410,9</b>

2026.02.12 czwartek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kakao 250 g ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>1-GLU, 6-SOJ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Pasta na zielono z serka wiejskiego, awokado i szpinaku 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka naturalna ze straganu 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g ( <b>3-JAJ, 9-SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 180 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g ( <b>3-JAJ, 7-MLE</b> ) Schab parowany 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Ciasto drożdżowe 80 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 851,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 99,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 374,7
2026.02.13 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Jajko w jogurcie ze szczypiorkiem 1 szt ( <b>3-JAJ, 7-MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Naleśniki z serem II 3 szt ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE</b> ) Sos jogurtowo-jagodowy 80 g ( <b>7-MLE</b> ) Sałatka owocowa diet. 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Wieprzowina z zapiecka 40 g Pasta twarogowo - łososiova z koperkiem 80 g ( <b>4-RYB, 7-MLE</b> ) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 536,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 111 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,3
2026.02.14 sobota	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt ( <b>3-JAJ, 7-MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Naleśniki z serem II 3 szt ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE</b> ) Sos jogurtowo-jagodowy 80 g ( <b>7-MLE</b> ) Sałatka owocowa diet. 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Wieprzowina z zapiecka 40 g Pasta twarogowo - łososiova z koperkiem 80 g ( <b>4-RYB, 7-MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 580,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 108,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 361,8
2026.02.14 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Serek homogenizowany z papryką 80 g ( <b>7-MLE</b> ) Kaziuk 30 g ( <b>1-GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Bitka wieprzowina lekka 100 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Ziemniaki 180 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Chleb razowy 60 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser mozzarella kulki mini 50 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Rzodkiewka 70 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 152,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 245

2026.02.14 sobota	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Serek homogenizowany waniliowy 80 g <b>(7-MLE)</b> Kaziuk 30 g <b>(1-GLU)</b> Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 400 ml <b>(9-SEL)</b> Bitka wieprzowa lekka 100 g <b>(1-GLU)</b> Sos ziołowy 60 g <b>(1-GLU)</b> Ziemniaki 180 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Ser mozzarella kulki mini 50 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka z piersi kurczaka 30 g <b>(1-GLU)</b> Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 110,6 <b>Białko ogółem [g] 92,7</b> <b>Tłuszcz [g] 83,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 255,9</b>
2026.02.15 niedziela	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt <b>(7-MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 40 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 40 g <b>(1-GLU)</b> Chleb razowy 40 g <b>(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Ser żółty 30 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka od szwagra 30 g <b>(1-GLU)</b> Pomidor 70 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Rosół z makaronem 400 ml <b>(1-GLU, 9-SEL)</b> Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g <b>(1-GLU, 9-SEL)</b> Ziemniaki 180 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 100 g <b>(9-SEL)</b> Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Chleb razowy 40 g <b>(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka z indyka 30 g <b>(1-GLU)</b> Sałatka tuńczykowa z ziemniakami, jajkiem i ogórkiem kiszonym 150 g <b>(3-JAJ, 4-RYB)</b> Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 184,5 <b>Białko ogółem [g] 96</b> <b>Tłuszcz [g] 95,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 242,5</b>
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt <b>(7-MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Ser biały 80 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka z zalewy Szuster 30 g <b>(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)</b> Pomidor 70 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Rosół z makaronem 400 ml <b>(1-GLU, 9-SEL)</b> Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g <b>(1-GLU, 9-SEL)</b> Ziemniaki 180 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g <b>(9-SEL)</b> Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka z indyka 50 g <b>(1-GLU)</b> Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt <b>(3-JAJ, 7-MLE)</b> Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 333,8 <b>Białko ogółem [g] 112,7</b> <b>Tłuszcz [g] 95,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 264</b>
2026.02.16 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt <b>(7-MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 45 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 45 g <b>(1-GLU)</b> Grahamka mini 1 szt <b>(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Pyzdra szynkowa 30 g Twarożek figowy 120 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml <b>(7-MLE, 9-SEL)</b> Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g <b>(1-GLU, 3-JAJ)</b> Sos pomidorowy 60 g <b>(1-GLU)</b> Kasza kuskus 180 g <b>(1-GLU)</b> Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Chleb razowy 40 g <b>(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 40 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Szyńka na kartki 30 g Schab parowany 50 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 697,6 <b>Białko ogółem [g] 107,4</b> <b>Tłuszcz [g] 95</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 360,7</b>

2026.02.16 poniedziałek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	<p>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 30 g  Twarożek figowy 120 g  Pomidor 90 g  Sałata lodowa 10 g  Herbata 1 szt  Cukier 10 g</p>	<p>Zupa grysikowa z lubiczykiem i ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL)  Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ)  Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)  Kasza kuskus 180 g (1-GLU)  Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 120 g  Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>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 40 g  Schab parowany 40 g  Pomidor 40 g  Sałata 10 g  Herbata 1 szt  Cukier 5 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>  [kcal] 2 527,6  <b>Białko ogółem [g]</b> 101,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 90,8  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 332,2</p>
2026.02.17 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	<p>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 30 g  Twarożek figowy 100 g  Ogórek 90 g  Sałata 10 g  Herbata lipton 1 szt  Cukier stick 2 szt</p>	<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (9-SEL)  Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g  Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE)  Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ)  Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g  Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>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)  Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)  Pomidor 40 g  Sałata lodowa 10 g  Herbata lipton 1 szt  Cukier stick 2 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>  [kcal] 2 704  <b>Białko ogółem [g]</b> 101,7  <b>Tłuszcz [g]</b> 96,2  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 360,4</p>
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	<p>Jogurt naturalny 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)  Kurczak gotowany premium 30 g  Twarożek figowy 100 g  Pomidor 90 g  Sałata 10 g  Herbata lipton 1 szt  Cukier stick 2 szt</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL)  Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g  Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE)  Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ)  Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g  Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>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)  Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 150 g (1-GLU, 3-JAJ)  Pomidor 40 g  Sałata lodowa 10 g  Herbata lipton 1 szt  Cukier stick 2 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>  [kcal] 2 748,1  <b>Białko ogółem [g]</b> 108,8  <b>Tłuszcz [g]</b> 93,9  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 375,1</p>
2026.02.18 środa	Luxmed Puławska Podstawowa	<p>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)  Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE)  Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)  Rzodkiewka 90 g  Sałata 10 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)  Kotlety jajeczne II 100 g (1-GLU, 3-JAJ)  Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR)  Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU)  Surówka z marchwii z chrzanem 120 g  Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>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 40 g (7-MLE)  Pasta twarogowa z warzywami 100 g (7-MLE, 9-SEL)  Pomidory koktajlowe 40 g  Sałata 10 g  Herbata 1 szt  Cukier 5 g</p>	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b>  [kcal] 2 732  <b>Białko ogółem [g]</b> 118,3  <b>Tłuszcz [g]</b> 114  <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 323,8</p>

2026.02.18 środa	Luxmed Puławska Latwostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser mozzarella kulki mini 50 g ( <b>7-MLE</b> ) Pasta z tuńczyka diet. 80 g ( <b>4-RYB, 7-MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Kotlety jajeczne pieczone II 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Serek homogenizowany waniliowy 80 g ( <b>7-MLE</b> ) Pasta twarogowa z warzywami 100 g ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Pomidory koktajlowe 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 673,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 98,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 342,4
2026.02.19 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 45 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 45 g ( <b>1-GLU</b> ) Grahamka mini 1 szt ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser biały 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL</b> ) Kotlet schabowy 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka naturalna ze straganu 40 g Sałatka z kaszy pęczak z kurczakiem 150 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 478,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 118,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,5
2026.02.19 czwartek	Luxmed Puławska Latwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 45 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 45 g ( <b>1-GLU</b> ) Grahamka mini 1 szt ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser biały 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 400 ml ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL</b> ) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka naturalna ze straganu 40 g Sałatka z kaszy kuskus z kurczakiem 150 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 518 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 92 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 318
2026.02.20 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Kaziuk 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>7-MLE</b> ) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml ( <b>9-SEL, 13-LUB</b> ) Dorsz pieczony soute 100 g ( <b>1-GLU, 4-RYB</b> ) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Chleb razowy 40 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Paszтет wyrób własny 80 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL</b> ) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 243,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,9

2026.02.20 piątek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt <b>(7-MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Kaziuk 30 g <b>(1-GLU)</b> Serek homogenizowany szt. 1 szt <b>(7-MLE)</b> Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml <b>(9-SEL, 13-LUB)</b> Dorsz pieczony soule 100 g <b>(1-GLU, 4-RYB)</b> Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 180 g <b>(1-GLU)</b> Jarzynki po grecku 120 g <b>(9-SEL)</b> Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Bułka wrocławska 60 g <b>(1-GLU)</b> Masło 20 g <b>(7-MLE)</b> Szynka z piersi kurczaka 40 g <b>(1-GLU)</b> Paszтет wyrób własny 80 g <b>(1-GLU, 3-JAJ, 9-SÉL)</b> Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> <b>[kcal] 2 312,9</b> <b>Białko ogółem [g] 109,2</b> <b>Tłuszcz [g] 86,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>272,1</b>
-------------------	------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **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-SO2 - 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,