

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.06.11 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 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) Ser biały 100 g (7-MLE) 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 z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Ratatouille 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) Polędwica 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] 2 422,2 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 287,5
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 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) Ser biały 100 g (7-MLE) 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 zacierkowa 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 180 g Ratatouille lekkostrawne 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) Polędwica 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] 2 107,5 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 269
2026.06.12 piątek	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) 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 cygańska z ziemniakami 400 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) 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 rukolą, truskawkami, orzechami włoskimi i serem mozzarella 150 g (7-MLE, 8-OWL) Hummus dyniowy z czarnuszką 80 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 641,4 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 310,1
	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) 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 ziemniaczanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) 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 rukolą, truskawkami i serem mozzarella 150 g (7-MLE) Hummus dyniowy z czarnuszką 80 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,6 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 329,3

2026.06.13 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 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 soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (9-SEL, 13-LUB) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 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 Kiełki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 666,4 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 341,9
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 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 soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (9-SEL, 13-LUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 180 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 Kiełki 5 g Pomidory koktajlowe 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,9 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 341,5
2026.06.14 niedziela	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) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100 g (3-JAJ) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) 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] 2 534,9 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 276
	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) Połędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta jajeczna z natką diet. 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) 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 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] 2 580,4 Białko ogółem [g] 133,8 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 295,5

2026.06.15 poniedziałek	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) 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 pieczarkowa 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) Ryż 180 g 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 jarzynowa z szynką lekkostrawna 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 831,8 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 109,2 Węglowodany ogółem [g] 345,3
	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) 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 selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 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] 2 169,9 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 265,6
2026.06.16 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 100 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Dżem szt 1 szt Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Botwinka 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 180 g Surówka collesław 120 g (3-JAJ) Kompot rabarbarowy 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 Droximex 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] 2 560,9 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 95,4 Węglowodany ogółem [g] 326,4
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 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) Twarożek z awokado i pietruszką 100 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Dżem szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Botwinka lekka b/ml 400 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot rabarbarowy 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 Droximex 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] 2 469,1 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 309

2026.06.17 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) 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	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus truskawkowy 150 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) Kaziuk 40 g (1-GLU) Pasta twarogowo - lososiowa 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] 2 855,7 Białko ogółem [g] 127,7 Tłuszcz [g] 98,3 Węglowodany ogółem [g] 367,9
	Luxmed Puławska 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) 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	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus truskawkowy 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) Kaziuk 40 g (1-GLU) Pasta twarogowo - lososiowa 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] 2 681,1 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 344,8
2026.06.18 czwartek	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) 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	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką w panierce 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 180 g 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 buraczkowy z czarnuszką 100 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 746 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 366,8
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 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	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Szynka z indyka 40 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 100 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 628,5 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 351,4
2026.06.19 piątek	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) 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 minestrone z łazankami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz panierowany 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszanej 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 z rukolą, truskawkami, orzechami włoskimi i serem mozzarella 150 g (7-MLE, 8-OWL) Ogórek kiszony 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 609 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 114,7 Węglowodany ogółem [g] 297,7

2026.06.19 piątek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	<p>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) 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</p>	<p>Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL) 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) Połędwica z piersi indyka 20 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Sałatka z rukolą, truskawkami i serem mozzarella 150 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt Kielki 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,6 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 99,6 Węglowodany ogółem [g] 284,1</p>
2026.06.20 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	<p>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) 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</p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 518,1 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 330,9</p>
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	<p>Kawa mleczna 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</p>	<p>Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 489,2 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 330,4</p>

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,