

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.03.21 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 biały 100 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Sałatka grecka z fasolą czerwoną 100 g Sałata 10 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 180 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 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) Pyzdra szynkowa 40 g Schab parowany 30 g Pomidory koktajlowe 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 710,1 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 336,4
	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) Ser biały 100 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 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) Pyzdra szynkowa 40 g Schab parowany 30 g Pomidory koktajlowe 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 549 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 330,5
2026.03.22 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 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100 g (3-JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 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 z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek 100 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 647,2 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 117,6 Węglowodany ogółem [g] 286,5

2026.03.22 niedziela	Luxmed Puławska Łatwostrawna	<p>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) Polędwica z piersi indyka 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły 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) Twarożek 100 g (7-MLE) Miód szt. 1 szt Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,1 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 284,3</p>
2026.03.23 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa	<p>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) Twarożek z grillowanym bakłażanem 100 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g</p>	<p>Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>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 z serem feta i ananase 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 111,8 Węglowodany ogółem [g] 290,1</p>
2026.03.24 wtorek	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) Twarożek z grillowanym bakłażanem 100 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g</p>	<p>Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym diet. 300 g (3-JAJ) Seler z gotowaną dynią i natką 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Schab parowany 20 g Sałata 10 g Pomidor 40 g Herbata 1 szt Cukier 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 207,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 256</p>
2026.03.24 wtorek	Luxmed Puławska Podstawowa	<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) Ser biały 100 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 180 g Surówka collesław 120 g (3-JAJ) 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) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 75 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 645,8 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 334,6</p>

2026.03.24 wtorek	Luxmed Puławska 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) Ser biały 100 g (7-MLE) Pызdra szynkowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami i cukinią b/ml 400 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) 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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 75 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 615,2 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 338,8
2026.03.25 środa	Luxmed Puławska Podstawowa	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 homogenizowany z papryką 100 g (7-MLE) Ogórek 70 g Rozszponka 30 g Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 180 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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) Schab parowany 40 g Sałatka szwabska 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 641,4 Białko ogółem [g] 120,4 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 273,5
2026.03.26 czwartek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	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 homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Pomidor 70 g Rozszponka 30 g Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 180 g 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) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 40 g Sałatka szwabska diet. 150 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 472,8 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 271,6
2026.03.26 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) Chleb razowy 40 g (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 70 g Sałata 30 g Kiełki 5 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 350 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) 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 z pesto rosso 80 g Ogórek 40 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 915,6 Białko ogółem [g] 130,1 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 380,2

2026.03.26 czwartek	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) Twarożek bazyliowy 100 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kielki 5 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 350 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) 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 z pesto rosso 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 867,9 Białko ogółem [g] 133,6 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 384,7
2026.03.27 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 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Żurek z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kluski leniwe 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Sałatka owocowa 200 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) Polędwica z piersi indyka 40 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 729,1 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 360,8
2026.03.28 sobota	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) Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Ser biały 100 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kluski leniwe 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Sałatka owocowa 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) Polędwica z piersi indyka 40 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 714,1 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 362,6
2026.03.28 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	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 70 g Sałata 30 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	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) Smarowidło z szynki lekkie 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka od szwagra 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 525,3 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 321,3

2026.03.28 sobota	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) Twarożek z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Smarowidło z szynki lekkie 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka od szwagra 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 496 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 327,6
2026.03.29 niedziela	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) Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 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) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,4 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 255,3
2026.03.29 niedziela	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) Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 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) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,2 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 266,6
2026.03.30 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczyptorkiem 100 g (7-MLE) Papryka 70 g Roszponka 10 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 120 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 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 kurczaka wędzonego z serem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 853,7 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 354,8

2026.03.30 poniedziałek	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU) Twarożek 100 g (7-MLE) Pomidor 40 g Roszponka 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Dyńa 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) Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z kurczaka wędzonego z serem diet. 80 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 498,6 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 335,2
2026.03.31 wtorek	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) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser żółty 40 g (7-MLE) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa selerowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 40 g Sałatka grecka z fetą 150 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 411,9 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 281,4
2026.03.31 wtorek	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) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 100 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 30 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa selerowa z łazankami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 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 na kartki 40 g Sałatka kalafiorowa z szynką diet. 150 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453,2 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 300,6

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,