

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.05.21 czwartek	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 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> ) Grahamka mini 1 szt ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Krakowska sucha extra 40 g ( <b>6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Kielki 5 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos paprykowy 60 g Kasza gryczana biała 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g ( <b>3-JAJ</b> ) 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 z indyka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Hummus buraczkowy z czarnuszką 100 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 610,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 115,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 354,6
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Grahamka mini 1 szt ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Chleb pszenno-żytni 40 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Krakowska sucha extra 40 g ( <b>6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kielki 5 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Kasza gryczana biała 180 g Bukiet warzyw 3-skl. 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 z indyka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Hummus buraczkowy z czarnuszką 100 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 597,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 118,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,9
2026.05.22 piątek	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt owocowy 150g 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> ) Szynka bankietowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidory koktajlowe 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Pierogi z serem II 300 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE</b> ) Sos jogurtowo-malinowy 60 g ( <b>7-MLE</b> ) Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 150 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> ) Połędwica z piersi indyka 20 g ( <b>6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g ( <b>4-RYB, 7-MLE</b> ) Sałatka z rukolą, truskawkami, orzechami włoskimi i serem mozzarella 150 g ( <b>7-MLE, 8-OWL</b> ) Ogórek kiszony 90 g Kielki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 3 018,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 126,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 107,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 389
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt owocowy 150g 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> ) Szynka bankietowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser biały 100 g ( <b>7-MLE</b> ) Dżem szt 1 szt Pomidory koktajlowe 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml ( <b>9-SEL</b> ) Pierogi z serem II 300 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE</b> ) Sos jogurtowo-malinowy 60 g ( <b>7-MLE</b> ) Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 150 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> ) Połędwica z piersi indyka 20 g ( <b>6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g ( <b>4-RYB, 7-MLE</b> ) Sałatka z rukolą, truskawkami i serem mozzarella 150 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt Kielki 5 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 953,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 131,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 399,7

2026.05.23 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 90 g Sałata 10 g	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	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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 518,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,9
	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) Twarożek z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g	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	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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 489,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 330,4
2026.05.24 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) Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Kalafior 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 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 419 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 103,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,2
	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) Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 400 ml (9-SEL) Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g 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) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 40 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 338,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 106,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 267,8
2026.05.25 poniedziałek	Luxmed Puławska Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (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 szczypiorkiem 100 g (7-MLE) Papryka 90 g Rozspanka 10 g	Krem z dyni 400 ml (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 100 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 805 <b>Białko ogółem [g]</b> 137,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 118 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,1

2026.05.25 poniedziałek	Luxmed Puławska Łatwostrawna Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) 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 oliwkami 100 g (7-MLE) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g	Krem z dyni 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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. 100 g (7-MLE) Kiełki 5 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 705,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 134,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 109,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 305,4
2026.05.26 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) 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 ogórkowa 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 Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 456,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 109 <b>Tłuszcz [g]</b> 104,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 270,7
	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) 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 selerowa 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) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 40 g Sałatka kalafiorowa z szynką diet. 150 g (1-GLU) Pomidor 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 419,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 295,1
2026.05.27 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) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 120 g (1-GLU) Sos rozmarynowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 180 g (1-GLU) Surówka kopenhaska 120 g (7-MLE, 10-GOR) 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 761,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 120,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 342

2026.05.27 środa	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) 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) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 120 g (1-GLU) Sos rozmarynowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 180 g (1-GLU) Kalańior 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 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 803,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 119,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 391
2026.05.28 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 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) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Rzodkiewka 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 247,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 88,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 279,5
	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) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) 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) Polędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka z tortellini diet. 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 334,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 306,7
2026.05.29 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	Botwinka 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Miruna w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ryż 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 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 Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 755,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 108,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 106,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,2
	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	Botwinka lekka 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Miruna pieczona 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 Kiełki 5 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 764,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 122,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 100,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,4

2026.05.30 sobota	Luxmed Puławska Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Truskawki 70 g 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 brokułowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Kalań 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 z piersi kurczaka 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 356,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 97 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 297,9
	Luxmed Puławska Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Musli owocowe 20 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL) Truskawki 70 g 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 brokułowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 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) Pyzdra schabowa 40 g Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata lipton 1 szt Cukier stick 2 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 380,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 87,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,5
2026.05.31 niedziela	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 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 575 <b>Białko ogółem [g]</b> 156 <b>Tłuszcz [g]</b> 121,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 245,3
	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 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 626,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 157,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 131,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 239,4

### **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,