

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-08-01 piątek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy-serowy 80 g (7-MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,1 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 303,3 Sód [mg] 2 552 b-karoten [mg] 6 033,4 Potas [mg] 3 910,7 Wapń [mg] 808,1 Fosfor [mg] 1 573,6 Magnez [mg] 345,1 Żelazo [mg] 12,8 Witamina C [mg] 201,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,1 suma cukrów prostych [g] 96,4
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy-serowy 80 g (7-MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Melon 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,7 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 313 Sód [mg] 1 970,3 b-karoten [mg] 6 560,7 Potas [mg] 3 940,1 Wapń [mg] 792,7 Fosfor [mg] 1 447,4 Magnez [mg] 279,7 Żelazo [mg] 11,7 Witamina C [mg] 220,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,4 suma cukrów prostych [g] 98,8
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowo-serowy b/c 80 g (7-MLE) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Brzoskwinia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 275,5 Sód [mg] 2 712,5 b-karoten [mg] 4 813,4 Potas [mg] 3 809,2 Wapń [mg] 794,8 Fosfor [mg] 1 815,3 Magnez [mg] 400,9 Żelazo [mg] 15,1 Witamina C [mg] 171,2 Błonnik pokarmowy [g] 43 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 suma cukrów prostych [g] 77,7

2025-08-02 sobota	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) Chleb razowy 35 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ogórek 70 g Salata 30 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 180 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 334,6 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 289,6 Sód [mg] 2 949,4 b-karoten [mg] 7 378,6 Potas [mg] 4 164,6 Wapń [mg] 598,9 Fosfor [mg] 1 471 Magnez [mg] 402,7 Żelazo [mg] 13,4 Witamina C [mg] 333,3 Łonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 80
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) Masło 20 g (7-MLE) Pasta jajeczne diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 180 g Brokuły puree 80 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,7 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 304,9 Sód [mg] 2 605,6 b-karoten [mg] 5 635,2 Potas [mg] 4 397,6 Wapń [mg] 604,5 Fosfor [mg] 1 387,9 Magnez [mg] 348 Żelazo [mg] 12,6 Witamina C [mg] 248,5 Łonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 85,8
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza orkiszowa 180 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 278,8 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 261,3 Sód [mg] 3 590,8 b-karoten [mg] 6 938,7 Potas [mg] 3 925,5 Wapń [mg] 633,3 Fosfor [mg] 1 741,9 Magnez [mg] 435,6 Żelazo [mg] 16,6 Witamina C [mg] 329,9 Łonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 39,6

2025-08-03 niedziela	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 30 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR) Ziemniaki 180 g Mizeria z koperkiem 70 g (7-MLE) Kapusta kiszona zasmażana 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,1 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 261,8 Sód [mg] 3 793,6 b-karoten [mg] 3 828,6 Potas [mg] 4 003,5 Wapń [mg] 761,8 Fosfor [mg] 1 499,5 Magnez [mg] 335 Żelazo [mg] 14,6 Witamina C [mg] 205,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45 suma cukrów prostych [g] 49,3
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z indyka pieczony soute 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 80 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Sód [mg] 2 865,1 b-karoten [mg] 4 513,2 Potas [mg] 4 134 Wapń [mg] 546,2 Fosfor [mg] 1 492,8 Magnez [mg] 308,6 Żelazo [mg] 12,3 Witamina C [mg] 257,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 59,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 30 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Kasza gryczana biała 180 g Mizeria z koperkiem 70 g (7-MLE) Kapusta kiszona zasmażana 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187,4 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 239,7 Sód [mg] 3 506,8 b-karoten [mg] 3 792,6 Potas [mg] 3 819,2 Wapń [mg] 780 Fosfor [mg] 1 934,3 Magnez [mg] 511,7 Żelazo [mg] 17,8 Witamina C [mg] 183,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 suma cukrów prostych [g] 37,3

2025-08-04 poniedziałek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Arbuz 200 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,4 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 331,5 Sód [mg] 3 797,8 b-karoten [mg] 6 877,7 Potas [mg] 3 981,3 Wapń [mg] 623,6 Fosfor [mg] 1 539,1 Magnez [mg] 355,2 Żelazo [mg] 12,4 Witamina C [mg] 313,5 Łonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 suma cukrów prostych [g] 59,7
	Luxmed Łatwastrawna wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU, 6-SOJ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Zupa marchwianka 400 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Arbuz 200 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Schab parowany 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 455,9 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Sód [mg] 3 511,9 b-karoten [mg] 11 327,4 Potas [mg] 4 375,7 Wapń [mg] 604,3 Fosfor [mg] 1 469,8 Magnez [mg] 318,2 Żelazo [mg] 11,5 Witamina C [mg] 222,9 Łonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 62,3
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Ryż brązowy 180 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,2 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Sód [mg] 3 814,4 b-karoten [mg] 6 966,1 Potas [mg] 4 362 Wapń [mg] 659,9 Fosfor [mg] 1 909,2 Magnez [mg] 534,1 Żelazo [mg] 15,5 Witamina C [mg] 293,9 Łonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 46,7

2025-08-05 wtorek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa jarzynowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Winogrona 100 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka makaronowa z wędliną, serem i warzywami 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588,2 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 97,9 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Sód [mg] 4 556,7 b-karoten [mg] 4 831,1 Potas [mg] 4 913,6 Wapń [mg] 832,7 Fosfor [mg] 1 813,8 Magnez [mg] 404,6 Żelazo [mg] 15,2 Witamina C [mg] 258,6 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5 suma cukrów prostych [g] 59,7
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa jarzynowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi z jogutrem 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Brokuły puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Winogrona 100 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka makaronowa z wędliną i warzywami diet. 150 g (1-GLU, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 504,7 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Sód [mg] 4 084 b-karoten [mg] 5 444,8 Potas [mg] 4 922,9 Wapń [mg] 589,7 Fosfor [mg] 1 495,9 Magnez [mg] 335,3 Żelazo [mg] 13,7 Witamina C [mg] 281,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 61,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa jarzynowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka makaronowa (makaron raz) z wędliną, serem i warzywami 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,8 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Sód [mg] 4 710,3 b-karoten [mg] 4 803,8 Potas [mg] 4 647,4 Wapń [mg] 835,5 Fosfor [mg] 1 992,9 Magnez [mg] 499,4 Żelazo [mg] 17,4 Witamina C [mg] 250,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 35,7

2025-08-06 środa	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Morele 2 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 474,5 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 287 Sód [mg] 4 254,7 b-karoten [mg] 13 519,5 Potas [mg] 4 465,7 Wapń [mg] 1 059,7 Fosfor [mg] 1 746,2 Magnez [mg] 399,5 Żelazo [mg] 15,3 Witamina C [mg] 210,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 suma cukrów prostych [g] 72,1
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kalafior puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Morele 2 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 566,7 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sód [mg] 3 233,8 b-karoten [mg] 13 354 Potas [mg] 4 612,7 Wapń [mg] 667,1 Fosfor [mg] 1 421,9 Magnez [mg] 324,8 Żelazo [mg] 12,5 Witamina C [mg] 240 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 68,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Morele 2 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325,1 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 255,9 Sód [mg] 4 258,7 b-karoten [mg] 12 634,5 Potas [mg] 4 744,1 Wapń [mg] 1 063,7 Fosfor [mg] 1 984,2 Magnez [mg] 478,4 Żelazo [mg] 17,5 Witamina C [mg] 222 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 65,5

2025-08-07 czwartek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Sałata z sosem vinegret 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Śliwki 130 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 477,4 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Sód [mg] 3 274,9 b-karoten [mg] 14 275,8 Potas [mg] 4 315,2 Wapń [mg] 628 Fosfor [mg] 1 685,3 Magnez [mg] 371,6 Żelazo [mg] 13 Witamina C [mg] 232,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 53,9
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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, 6-SOJ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 80 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 406,6 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 2 999,6 b-karoten [mg] 14 795,6 Potas [mg] 4 186,9 Wapń [mg] 563,6 Fosfor [mg] 1 519,5 Magnez [mg] 322,1 Żelazo [mg] 12,3 Witamina C [mg] 234,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 51,7
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Kasza gryczana 180 g Sałata z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Śliwki 130 g Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,9 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 254,5 Sód [mg] 3 327,3 b-karoten [mg] 7 247,1 Potas [mg] 4 227,3 Wapń [mg] 637,5 Fosfor [mg] 2 147,9 Magnez [mg] 569,5 Żelazo [mg] 16,1 Witamina C [mg] 215,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 40,7

2025-08-08 piątek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ser żółty 30 g (7-MLE) Papryka 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone 400 ml (9-SEL) Dorsz w płatkach kukurydzianych z pieca 100 g (3-JAJ, 4-RYB) Makaron orzo 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pasztet wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SÉL) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552,4 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 106,7 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Sód [mg] 2 989 b-karoten [mg] 8 284 Potas [mg] 3 781,7 Wapń [mg] 841 Fosfor [mg] 1 447,1 Magnez [mg] 334,5 Żelazo [mg] 13,5 Witamina C [mg] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 63,3
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Serek homogenizowany natur kg 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone lekkostrawna 400 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy 60 g Makaron orzo 180 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pasztet wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SÉL) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,2 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 2 556,6 b-karoten [mg] 7 530,1 Potas [mg] 4 015,8 Wapń [mg] 621,2 Fosfor [mg] 1 214,6 Magnez [mg] 276,3 Żelazo [mg] 11,8 Witamina C [mg] 223,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 49,3
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ser żółty 30 g (7-MLE) Papryka 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone 400 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Ryż brązowy 180 g Surówka z kapusty kiszonej b/c 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pasztet wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SÉL) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,5 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 293,7 Sód [mg] 3 455,7 b-karoten [mg] 8 301,3 Potas [mg] 4 267,5 Wapń [mg] 866 Fosfor [mg] 1 821,3 Magnez [mg] 508,1 Żelazo [mg] 15,6 Witamina C [mg] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 55,5

2025-08-09 sobota	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Herbata 1 szt Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 35 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Cukier 5 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana duet z wody 80 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, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Pomidory koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 224,4 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 279,4 Sód [mg] 3 778,1 b-karoten [mg] 4 902,4 Potas [mg] 3 692,7 Wapń [mg] 493,1 Fosfor [mg] 1 459,8 Magnez [mg] 333,7 Żelazo [mg] 12,4 Witamina C [mg] 189,4 Łonnik pokarmowy [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 50,4
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Herbata 1 szt Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 35 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Cukier 5 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Fasolka gotowana duet z wody 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Pomidory koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467,1 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Sód [mg] 3 678,9 b-karoten [mg] 5 595,2 Potas [mg] 4 401,9 Wapń [mg] 471,5 Fosfor [mg] 1 380 Magnez [mg] 364,4 Żelazo [mg] 11,6 Witamina C [mg] 207,6 Łonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 93,1
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Herbata 1 szt Chleb razowy 90 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana duet z wody 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Pyzdra szynkowa 30 g Pomidory koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 120 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 256,9 Sód [mg] 3 885,6 b-karoten [mg] 5 007,4 Potas [mg] 4 272,3 Wapń [mg] 562 Fosfor [mg] 1 791,9 Magnez [mg] 444,9 Żelazo [mg] 15,5 Witamina C [mg] 194,2 Łonnik pokarmowy [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 49,9

2025-08-10 niedziela	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1- GLU , 6- SOJ) Chleb razowy 40 g (1- GLU , 3- JAJ , 6- SOJ , 11- SEZ) Masło 20 g (7- MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1- GLU) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3- JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1- GLU , 7- MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (1- GLU , 9- SEL) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1- GLU) Sos pietruszkowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 180 g Kalańior 80 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Arbuz 200 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Chleb razowy 40 g (1- GLU , 3- JAJ , 6- SOJ , 11- SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1- GLU , 6- SOJ) Masło 20 g (7- MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1- GLU , 6- SOJ , 10- GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7- MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 411 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 268,3 Sód [mg] 3 342 b-karoten [mg] 8 727,2 Potas [mg] 4 071,2 Wapń [mg] 647,4 Fosfor [mg] 1 570,1 Magnez [mg] 331,8 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 338,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 58,8
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Chleb pszenno-żytni 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1- GLU , 6- SOJ) Masło 20 g (7- MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1- GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3- JAJ , 7- MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1- GLU , 7- MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (1- GLU , 9- SEL) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1- GLU) Sos pietruszkowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 180 g Kalańior puree 80 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Arbuz 200 g Chleb pszenno-żytni 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1- GLU , 6- SOJ) Masło 20 g (7- MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1- GLU , 6- SOJ , 10- GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7- MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 275,2 Sód [mg] 3 216,2 b-karoten [mg] 6 946,1 Potas [mg] 4 131 Wapń [mg] 644,1 Fosfor [mg] 1 443,9 Magnez [mg] 288,5 Żelazo [mg] 12,7 Witamina C [mg] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,5 suma cukrów prostych [g] 58,8
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1- GLU , 3- JAJ , 6- SOJ , 11- SEZ) Masło 20 g (7- MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (1- GLU) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3- JAJ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1- GLU , 7- MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (1- GLU , 9- SEL) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1- GLU) Kasza pęczak 180 g (1- GLU) Surówka z cukinii b/c 70 g (7- MLE) Kalańior 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt Chleb razowy 120 g (1- GLU , 3- JAJ , 6- SOJ , 11- SEZ) Masło 20 g (7- MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1- GLU , 6- SOJ , 10- GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7- MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 193,6 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 233 Sód [mg] 3 372,6 b-karoten [mg] 8 240,9 Potas [mg] 3 598,4 Wapń [mg] 666,7 Fosfor [mg] 1 791,2 Magnez [mg] 394,2 Żelazo [mg] 16 Witamina C [mg] 291,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 suma cukrów prostych [g] 43,4

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-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,