

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-08-11 poniedziałek	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) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa peyzanka 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE) Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Gruszka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Sód [mg] 3 326,2 b-karoten [mg] 7 455,7 Potas [mg] 4 372,8 Wapń [mg] 727,9 Fosfor [mg] 1 545,9 Magnez [mg] 405,5 Żelazo [mg] 14 Witamina C [mg] 227,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 66,1
	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) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 497,5 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 329,8 Sód [mg] 2 757,1 b-karoten [mg] 11 160,2 Potas [mg] 4 598,3 Wapń [mg] 577,2 Fosfor [mg] 1 318,9 Magnez [mg] 323,9 Żelazo [mg] 13,3 Witamina C [mg] 252,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 58,2
	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) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa peyzanka 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 180 g Fasolka gotowana 80 g Surówka z cukinii b/c 70 g (7-MLE) 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 285,1 Sód [mg] 4 291,2 b-karoten [mg] 7 506,5 Potas [mg] 4 425,6 Wapń [mg] 760,1 Fosfor [mg] 2 060 Magnez [mg] 621,1 Żelazo [mg] 17,1 Witamina C [mg] 209,1 Błonnik pokarmowy [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 suma cukrów prostych [g] 49,2

2025-08-12 wtorek	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) 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) Szynka Natura Lukullus 30 g Papryka 70 g Sałata 30 g	Krem z dyni 400 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Kasza orkiszowa 180 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	Melon miódowy 150 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) Połędwica z piersi indyka 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] 2 379,9 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Sód [mg] 3 797,3 b-karoten [mg] 15 240,5 Potas [mg] 4 131,1 Wapń [mg] 727,3 Fosfor [mg] 1 434,1 Magnez [mg] 387,9 Żelazo [mg] 12,4 Witamina C [mg] 345,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 74,2
	Luxmed Łatwostrawna 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynka Natura Lukullus 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g	Krem z dyni b/pestek słonecznika 400 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Sałata lodowa z jogurtem 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	Melon miódowy 150 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) Połędwica z piersi indyka 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] 2 304,3 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 272,6 Sód [mg] 3 384 b-karoten [mg] 12 129,8 Potas [mg] 4 028,8 Wapń [mg] 711,2 Fosfor [mg] 1 282,9 Magnez [mg] 311,6 Żelazo [mg] 11,2 Witamina C [mg] 228,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 71,2
	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) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynka Natura Lukullus 30 g Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Kasza orkiszowa 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) 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) Połędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 313,6 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 272,9 Sód [mg] 3 555,8 b-karoten [mg] 12 803,3 Potas [mg] 4 384,3 Wapń [mg] 676,2 Fosfor [mg] 1 691,4 Magnez [mg] 425,4 Żelazo [mg] 14,5 Witamina C [mg] 305 Błonnik pokarmowy [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 66,6

2025-08-13 środa	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) Kielbasa krakowska parzona 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Stripsy z kurczaka w sezamie z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 11-SEZ) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 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) Schab parowany 30 g Salatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,5 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 120 Węglowodany ogółem [g] 269,5 Sód [mg] 4 400,5 b-karoten [mg] 12 053,7 Potas [mg] 4 240,6 Wapń [mg] 776,4 Fosfor [mg] 1 873,1 Magnez [mg] 418,1 Żelazo [mg] 16,6 Witamina C [mg] 212,6 Łonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 suma cukrów prostych [g] 49,7
	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) Kielbasa krakowska parzona 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa selerowa z kaszą bulgur b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SŁ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SŁ) Ziemniaki 180 g Brokuły puree 80 g Surówka z marchwi i jabłka 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) Schab parowany 30 g Salatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna. 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 376,8 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 275,9 Sód [mg] 4 715 b-karoten [mg] 11 338,8 Potas [mg] 4 428,7 Wapń [mg] 519,9 Fosfor [mg] 1 650,6 Magnez [mg] 326,9 Żelazo [mg] 15 Witamina C [mg] 233,3 Łonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 49,6
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kielbasa krakowska parzona 30 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Ogórek 70 g Salata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SŁ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż brązowy 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 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) Schab parowany 30 g Salatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem 150 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,3 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 258 Sód [mg] 4 797,5 b-karoten [mg] 11 634,8 Potas [mg] 4 036,2 Wapń [mg] 576,7 Fosfor [mg] 2 072,9 Magnez [mg] 529,9 Żelazo [mg] 18,2 Witamina C [mg] 190,2 Łonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 36,6

2025-08-14 czwartek	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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Żurek z jajkiem i ziemniakami 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt 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) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 868,5 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Sód [mg] 3 913,1 b-karoten [mg] 9 576 Potas [mg] 5 700,2 Wapń [mg] 813,8 Fosfor [mg] 2 218 Magnez [mg] 588,1 Żelazo [mg] 18,6 Witamina C [mg] 352 Łonnik pokarmowy [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4 suma cukrów prostych [g] 96,9
	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) Twarożek z awokado i pietruszką 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 180 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g 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) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 815,6 Białko ogółem [g] 142,5 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 359,5 Sód [mg] 3 637,3 b-karoten [mg] 10 577,8 Potas [mg] 5 498,8 Wapń [mg] 754,7 Fosfor [mg] 2 037 Magnez [mg] 539,1 Żelazo [mg] 16,6 Witamina C [mg] 214,3 Łonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 95,2
	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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Żurek z jajkiem i ziemniakami 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Pulpet z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza gryczana 180 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Cukinia pieczona 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 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) Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 489 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 285 Sód [mg] 4 237,5 b-karoten [mg] 6 071,4 Potas [mg] 5 046,5 Wapń [mg] 788,4 Fosfor [mg] 2 376,4 Magnez [mg] 614,4 Żelazo [mg] 19,5 Witamina C [mg] 362,2 Łonnik pokarmowy [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 49,3

2025-08-15 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) Pyzdra schabowa 30 g Ser żółty 30 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa kalafiorowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Sód [mg] 2 916,1 b-karoten [mg] 2 916,9 Potas [mg] 3 280,9 Wapń [mg] 882,9 Fosfor [mg] 1 690,8 Magnez [mg] 318,8 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 204,6 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,8 suma cukrów prostych [g] 66,7
	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) Pyzdra schabowa 30 g Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa kalafiorowa b/ml 400 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Jabłko pieczone 1 szt 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) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,8 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Sód [mg] 2 080,7 b-karoten [mg] 3 390,3 Potas [mg] 3 375,8 Wapń [mg] 698,2 Fosfor [mg] 1 603,9 Magnez [mg] 250,5 Żelazo [mg] 12,5 Witamina C [mg] 223,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 suma cukrów prostych [g] 88,2
	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) Pyzdra schabowa 30 g Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa kalafiorowa b/ml 400 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza pęczak 180 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidory zapiekane 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) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,7 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 226,2 Sód [mg] 3 741,8 b-karoten [mg] 5 063,2 Potas [mg] 3 964,6 Wapń [mg] 563 Fosfor [mg] 1 830,4 Magnez [mg] 435,3 Żelazo [mg] 16,2 Witamina C [mg] 201,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 35,6

2025-08-16 sobota	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) 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) Masło 20 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Ogórek 70 g Sałata 30 g	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z papryki z olejem 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) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,3 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 283,1 Sód [mg] 3 613,7 b-karoten [mg] 6 840,6 Potas [mg] 4 703,9 Wapń [mg] 722,8 Fosfor [mg] 1 701,7 Magnez [mg] 380,7 Żelazo [mg] 13,9 Witamina C [mg] 280,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 66,6
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) 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) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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) Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,6 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 287,9 Sód [mg] 3 420,1 b-karoten [mg] 6 698,9 Potas [mg] 4 624,8 Wapń [mg] 668 Fosfor [mg] 1 461,2 Magnez [mg] 310,6 Żelazo [mg] 12,7 Witamina C [mg] 260,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 70,8
	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) Szynka na kartki 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Kalańior 80 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 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) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 419,9 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 271,6 Sód [mg] 4 157 b-karoten [mg] 6 350,7 Potas [mg] 4 266 Wapń [mg] 724,9 Fosfor [mg] 2 000,8 Magnez [mg] 458,3 Żelazo [mg] 16,1 Witamina C [mg] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 45,4

2025-08-17 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) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Winogrona 100 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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,3 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 289,9 Sód [mg] 3 883,4 b-karoten [mg] 13 119,5 Potas [mg] 4 338,7 Wapń [mg] 585,6 Fosfor [mg] 1 601,5 Magnez [mg] 343 Żelazo [mg] 13,8 Witamina C [mg] 214 Błonnik pokarmowy [g] 34 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 75,6
	Luxmed Łatwastrawna 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) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z selera z olejem 70 g (9-SEL) 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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,5 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Sód [mg] 3 827,5 b-karoten [mg] 11 150,3 Potas [mg] 4 172,2 Wapń [mg] 522,9 Fosfor [mg] 1 487,6 Magnez [mg] 301,1 Żelazo [mg] 12 Witamina C [mg] 189,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 69,6
	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) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Ryż brązowy 180 g Fasolka gotowana 80 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką b/c 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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198,5 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 274,4 Sód [mg] 3 946,8 b-karoten [mg] 6 892,2 Potas [mg] 4 041 Wapń [mg] 626,9 Fosfor [mg] 1 960,2 Magnez [mg] 493 Żelazo [mg] 17,7 Witamina C [mg] 188,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 39,8

2025-08-18 poniedziałek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka Natura Lukullus 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Mizeria 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 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) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g (13-LUB) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 402 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Sód [mg] 2 509,9 b-karoten [mg] 8 156 Potas [mg] 4 434,3 Wapń [mg] 696,6 Fosfor [mg] 1 634,4 Magnez [mg] 436,5 Żelazo [mg] 18,1 Witamina C [mg] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 58,7
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Bułka wrocławska 60 g (1-GLU, 6-SOJ) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka Natura Lukullus 30 g Twarożek z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 180 g (1-GLU) Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 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) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,7 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Sód [mg] 1 937,7 b-karoten [mg] 4 836,1 Potas [mg] 4 121,6 Wapń [mg] 600,2 Fosfor [mg] 1 309,7 Magnez [mg] 322,7 Żelazo [mg] 14,1 Witamina C [mg] 201,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 57,2
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka Natura Lukullus 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab parowany 100 g Kasza gryczana biała 180 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Mizeria 70 g (7-MLE) 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) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g (13-LUB) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 301,4 Sód [mg] 3 009,4 b-karoten [mg] 7 393,6 Potas [mg] 5 027,2 Wapń [mg] 726,3 Fosfor [mg] 2 049,3 Magnez [mg] 606,5 Żelazo [mg] 19,2 Witamina C [mg] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 53,7

2025-08-19 wtorek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Schab na kartki 30 g Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa brokułowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 180 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka wielowarzywna 70 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) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,3 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 330,3 Sód [mg] 3 755,9 b-karoten [mg] 5 425,5 Potas [mg] 5 416,8 Wapń [mg] 725,3 Fosfor [mg] 1 597 Magnez [mg] 438,1 Żelazo [mg] 14 Witamina C [mg] 280,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 86
	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) Schab na kartki 30 g Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa brokułowa b/ml 400 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 180 g Cukinia pieczona 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) 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) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431,4 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 331,4 Sód [mg] 3 541,4 b-karoten [mg] 6 330,3 Potas [mg] 5 475 Wapń [mg] 491,6 Fosfor [mg] 1 582 Magnez [mg] 423 Żelazo [mg] 13,1 Witamina C [mg] 247,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 86,7
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Schab na kartki 30 g Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ)	Zupa brokułowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 140 g Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Cukinia pieczona 80 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Śliwki 130 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,3 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 259,5 Sód [mg] 4 133,7 b-karoten [mg] 4 614,2 Potas [mg] 4 517,9 Wapń [mg] 745,1 Fosfor [mg] 1 841,2 Magnez [mg] 452,1 Żelazo [mg] 16,1 Witamina C [mg] 228,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 42,4

2025-08-20 środa	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) Pyzdra schabowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa 180 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż 180 g Kalafior 80 g Ogórek małosolny 70 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, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Morele 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 594,2 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 4 988 b-karoten [mg] 7 123 Potas [mg] 4 057,2 Wapń [mg] 685,4 Fosfor [mg] 1 772 Magnez [mg] 391,6 Żelazo [mg] 16,3 Witamina C [mg] 214,9 Łonnik pokarmowy [g] 32,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4 suma cukrów prostych [g] 52,6
	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) Pyzdra schabowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 180 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż 180 g Salata z jogurtem greckim 70 g (7-MLE) Kalafior puree 80 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, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta jajeczna z natką 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Morele 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 626,9 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 327,2 Sód [mg] 3 990,9 b-karoten [mg] 10 457,2 Potas [mg] 4 297,1 Wapń [mg] 717,5 Fosfor [mg] 1 639,6 Magnez [mg] 307 Żelazo [mg] 15,7 Witamina C [mg] 234,5 Łonnik pokarmowy [g] 28,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 suma cukrów prostych [g] 58,1
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa 180 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 180 g Kalafior 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Ogórek kiszony 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Morele 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 520,3 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 292,2 Sód [mg] 5 186,3 b-karoten [mg] 7 123 Potas [mg] 4 520,5 Wapń [mg] 727,7 Fosfor [mg] 2 129,5 Magnez [mg] 564,6 Żelazo [mg] 19,3 Witamina C [mg] 214,9 Łonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 suma cukrów prostych [g] 48,8

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,