

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-09-01 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) 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) Sos boloński wieprzowy 180 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Schab parowany 30 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 613,3 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Sód [mg] 3 362,2 b-karoten [mg] 9 707,7 Potas [mg] 4 316,4 Wapń [mg] 718,7 Fosfor [mg] 1 493,2 Magnez [mg] 366,2 Żelazo [mg] 14,2 Witamina C [mg] 344,8 Blonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,1 suma cukrów prostych [g] 65,1
	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) 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 koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 180 g (1-GLU) 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) 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] 2 442,3 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Sód [mg] 2 756,3 b-karoten [mg] 6 433,8 Potas [mg] 4 348,4 Wapń [mg] 615,1 Fosfor [mg] 1 339,5 Magnez [mg] 302,6 Żelazo [mg] 12,5 Witamina C [mg] 230,2 Blonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 62
	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) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti pełnoziarnisty 180 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 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 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 468,4 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Sód [mg] 3 353,4 b-karoten [mg] 8 688,4 Potas [mg] 4 685,6 Wapń [mg] 690,9 Fosfor [mg] 1 672,3 Magnez [mg] 528,8 Żelazo [mg] 15,9 Witamina C [mg] 308,1 Blonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 51

2025-09-02 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) 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) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 120 g 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,9 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 268,4 Sód [mg] 3 513,9 b-karoten [mg] 5 731,5 Potas [mg] 4 968,5 Wapń [mg] 635,2 Fosfor [mg] 1 762,6 Magnez [mg] 388,1 Żelazo [mg] 16,3 Witamina C [mg] 287,8 Błonnik pokarmowy [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 61,2
	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) 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 z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 120 g 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) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta jajeczna diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,8 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 280,5 Sód [mg] 3 363,9 b-karoten [mg] 6 398,4 Potas [mg] 4 802,8 Wapń [mg] 580,1 Fosfor [mg] 1 592 Magnez [mg] 332,2 Żelazo [mg] 14,1 Witamina C [mg] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 61,8
	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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 120 g Ryż brązowy 180 g 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,8 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Sód [mg] 3 872,2 b-karoten [mg] 5 726,3 Potas [mg] 4 678,5 Wapń [mg] 661,9 Fosfor [mg] 2 073,7 Magnez [mg] 510,9 Żelazo [mg] 19 Witamina C [mg] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 38,1

2025-09-03 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) 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 z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały 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) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Masło 20 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 475,9 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 97,2 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 3 256,5 b-karoten [mg] 16 985,1 Potas [mg] 4 433,4 Wapń [mg] 712,1 Fosfor [mg] 1 503,8 Magnez [mg] 358,9 Żelazo [mg] 13,2 Witamina C [mg] 318 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 63,7
	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) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek z awokado i pietruszką 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 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 Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) 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] 2 507,9 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 309,2 Sód [mg] 3 057,4 b-karoten [mg] 15 770,9 Potas [mg] 4 210,6 Wapń [mg] 660,3 Fosfor [mg] 1 354 Magnez [mg] 310,4 Żelazo [mg] 11,3 Witamina C [mg] 203 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 61,6
	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 z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 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 Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,9 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 278,4 Sód [mg] 3 258,8 b-karoten [mg] 17 332,9 Potas [mg] 4 761,2 Wapń [mg] 733,8 Fosfor [mg] 1 752,1 Magnez [mg] 442,6 Żelazo [mg] 15,6 Witamina C [mg] 318,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 57,5

2025-09-04 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) 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 ogórkowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 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	Brzoskwinia 1 szt 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, 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] [kcal] 2 506,4 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Sód [mg] 3 660,2 b-karoten [mg] 13 954,8 Potas [mg] 4 324,5 Wapń [mg] 650,8 Fosfor [mg] 1 768,8 Magnez [mg] 399,7 Żelazo [mg] 13,4 Witamina C [mg] 218,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 49,8
	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) 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 selerowa z ryżem 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) 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] [kcal] 2 431,4 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Sód [mg] 3 041,6 b-karoten [mg] 12 505,8 Potas [mg] 4 233,8 Wapń [mg] 575,2 Fosfor [mg] 1 601,1 Magnez [mg] 331,9 Żelazo [mg] 12,4 Witamina C [mg] 221,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 49,9
	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 ogórkowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Kasza gryczana 180 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kalafior 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) 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] [kcal] 2 154,9 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 241,1 Sód [mg] 3 705,7 b-karoten [mg] 6 768,8 Potas [mg] 4 011,3 Wapń [mg] 651,8 Fosfor [mg] 2 153,8 Magnez [mg] 577,2 Żelazo [mg] 16 Witamina C [mg] 227,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 36,5

2025-09-05 piątek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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, 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 Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Makaron zapiekany z serem 300 g (3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus z jabłek pieczonych 150 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) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 584,1 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Sód [mg] 2 680,1 b-karoten [mg] 5 868,8 Potas [mg] 3 639,8 Wapń [mg] 1 182,4 Fosfor [mg] 1 901,5 Magnez [mg] 309,8 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 289,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,1 suma cukrów prostych [g] 109,3
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	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 30 g (1-GLU) Serek homogenizowany natur kg 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Makaron zapiekany z serem 300 g (3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus z jabłek pieczonych 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt 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 piersi kurczaka 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] 2 467,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Sód [mg] 2 129,6 b-karoten [mg] 3 864 Potas [mg] 3 794,6 Wapń [mg] 837,3 Fosfor [mg] 1 571,9 Magnez [mg] 261,8 Żelazo [mg] 12,1 Witamina C [mg] 243,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7 suma cukrów prostych [g] 99
	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 Sałata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Ser biały 120 g (7-MLE) Makaron razowy 180 g (1-GLU) Mus z jabłek pieczonych 150 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) Paszтет wyrób własny 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 309,5 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 2 743,7 b-karoten [mg] 5 837,7 Potas [mg] 3 750,9 Wapń [mg] 1 059,3 Fosfor [mg] 1 832,2 Magnez [mg] 451,5 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 289 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 61,6

2025-09-06 sobota	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (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) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) 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 Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa kalafiorowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz drobiowy 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 180 g Surówka z kapusty kiszonej 70 g Fasolka gotowana 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) 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 Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Sód [mg] 3 368,6 b-karoten [mg] 4 790,9 Potas [mg] 4 484,2 Wapń [mg] 510,9 Fosfor [mg] 1 499,4 Magnez [mg] 379 Żelazo [mg] 12,8 Witamina C [mg] 240,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 83,1
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 35 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 35 g (1-GLU) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) 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 Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa kalafiorowa b/ml 400 ml (9-SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 180 g Fasolka gotowana 80 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g (7-MLE) 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) 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] 2 358,7 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Sód [mg] 3 160,8 b-karoten [mg] 6 084,9 Potas [mg] 4 248,2 Wapń [mg] 484,2 Fosfor [mg] 1 357,1 Magnez [mg] 339 Żelazo [mg] 11,1 Witamina C [mg] 213 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 80,1
	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) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa kalafiorowa b/ml 400 ml (9-SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 180 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g (7-MLE) Fasolka gotowana 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] 2 067,6 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 254,2 Sód [mg] 3 565,6 b-karoten [mg] 5 497,1 Potas [mg] 4 129,9 Wapń [mg] 576,9 Fosfor [mg] 1 775,9 Magnez [mg] 422 Żelazo [mg] 15,2 Witamina C [mg] 199,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 37

2025-09-07 niedziela	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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Półdewica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Ogórek 70 g Salata 30 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Arbuz 200 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, 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 Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,1 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 264,2 Sód [mg] 3 213,2 b-karoten [mg] 6 809,5 Potas [mg] 4 088,8 Wapń [mg] 639,9 Fosfor [mg] 1 496,5 Magnez [mg] 332,9 Żelazo [mg] 13,2 Witamina C [mg] 348,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 59,1
	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) Masło 20 g (7-MLE) Półdewica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 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) 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 Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,7 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 271 Sód [mg] 3 121,6 b-karoten [mg] 5 059,7 Potas [mg] 4 157,4 Wapń [mg] 636,3 Fosfor [mg] 1 370,8 Magnez [mg] 289,9 Żelazo [mg] 12,3 Witamina C [mg] 262,7 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 59
	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) Półdewica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Ogórek 70 g Salata 30 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 180 g (1-GLU) Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kalafior 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 Salata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,6 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 235,9 Sód [mg] 3 530,1 b-karoten [mg] 6 862,1 Potas [mg] 3 602,2 Wapń [mg] 657,5 Fosfor [mg] 1 717,1 Magnez [mg] 395,5 Żelazo [mg] 15,8 Witamina C [mg] 305,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 suma cukrów prostych [g] 44

2025-09-08 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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek figowy 80 g Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pejzanka 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 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) 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 Morele 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,8 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 302 Sód [mg] 3 721,3 b-karoten [mg] 7 638,1 Potas [mg] 4 051,7 Wapń [mg] 623,5 Fosfor [mg] 1 435,5 Magnez [mg] 354,1 Żelazo [mg] 12,1 Witamina C [mg] 215,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 suma cukrów prostych [g] 56
	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) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek figowy 80 g 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) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Morele 2 szt 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 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] 2 195,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 304 Sód [mg] 2 929,4 b-karoten [mg] 14 347,3 Potas [mg] 4 151,5 Wapń [mg] 521,5 Fosfor [mg] 1 231,2 Magnez [mg] 290,2 Żelazo [mg] 10,9 Witamina C [mg] 203,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 suma cukrów prostych [g] 59,8
	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) Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa pejzanka 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 70 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) 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] 2 102,2 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 259,1 Sód [mg] 4 323,3 b-karoten [mg] 7 372,5 Potas [mg] 4 452,4 Wapń [mg] 716,4 Fosfor [mg] 1 837,2 Magnez [mg] 448,5 Żelazo [mg] 14,8 Witamina C [mg] 221,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 46,7

2025-09-09 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) 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 dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica 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] [kcal] 2 567,1 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Sód [mg] 3 211,1 b-karoten [mg] 11 301,4 Potas [mg] 5 098 Wapń [mg] 746,2 Fosfor [mg] 1 571,6 Magnez [mg] 407,8 Żelazo [mg] 13,9 Witamina C [mg] 346,7 Łonnik pokarmowy [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4 suma cukrów prostych [g] 65,4
	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) 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	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Kluski śląskie 180 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica 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] [kcal] 2 499,9 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 2 729,5 b-karoten [mg] 7 516,7 Potas [mg] 4 988,9 Wapń [mg] 716,3 Fosfor [mg] 1 472,8 Magnez [mg] 360,9 Żelazo [mg] 13,2 Witamina C [mg] 238,8 Łonnik pokarmowy [g] 28,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 61,4
	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 gryczana biała 180 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) 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) Polędwica 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] [kcal] 2 365,7 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Sód [mg] 3 811,9 b-karoten [mg] 8 790,1 Potas [mg] 4 481,9 Wapń [mg] 671,7 Fosfor [mg] 2 028,7 Magnez [mg] 576,1 Żelazo [mg] 16 Witamina C [mg] 317,1 Łonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 46,9

2025-09-10 środa	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	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 , 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 Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7- MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1- GLU , 3- JAJ , 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) Masło 20 g (7- MLE) Schab parowany 30 g Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 150 g (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 584,2 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 118 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Sód [mg] 4 030,1 b-karoten [mg] 11 901,5 Potas [mg] 4 274,5 Wapń [mg] 759,5 Fosfor [mg] 1 842,2 Magnez [mg] 404,2 Żelazo [mg] 16,4 Witamina C [mg] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 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) Masło 20 g (7- MLE) Kielbasa krakowska parzona 30 g (1- GLU) Jajko 1 szt (3- JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7- MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 400 ml (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE , 9- SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1- GLU , 9- SEL) 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) Masło 20 g (7- MLE) Schab parowany 30 g Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna. 150 g (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 382,5 Białko ogółem [g] 117,2 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 279,7 Sód [mg] 4 679,9 b-karoten [mg] 12 895,3 Potas [mg] 4 453 Wapń [mg] 513 Fosfor [mg] 1 598,9 Magnez [mg] 328,2 Żelazo [mg] 14,9 Witamina C [mg] 238,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 50,8
	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 Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (7- MLE) Herbata 1 szt	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE , 9- SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza orkiszowa 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 Sałatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem 150 g (1- GLU , 3- JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,7 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 229,2 Sód [mg] 3 964,6 b-karoten [mg] 11 482,6 Potas [mg] 3 835,8 Wapń [mg] 530,4 Fosfor [mg] 1 816,7 Magnez [mg] 413,6 Żelazo [mg] 16,8 Witamina C [mg] 192,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 suma cukrów prostych [g] 35,9

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,