

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-09-11 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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 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 ziemniakami i kielbasą 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Sałata lodowa z jogurtem 70 g (7-MLE) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 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) 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] 2 772,6 Białko ogółem [g] 125,9 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 367,7 Sód [mg] 4 213,6 b-karoten [mg] 8 574,7 Potas [mg] 4 562,4 Wapń [mg] 837,7 Fosfor [mg] 1 907,3 Magnez [mg] 389,1 Żelazo [mg] 15,6 Witamina C [mg] 317,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 suma cukrów prostych [g] 81,6
	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) Twarożek miętowy 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 ziemniakami diet. 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 180 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Sałata lodowa z jogurtem 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos bazyliowy 60 g (1-GLU)	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) 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] 2 757,1 Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 378 Sód [mg] 3 860,1 b-karoten [mg] 6 975,3 Potas [mg] 4 845,9 Wapń [mg] 754,9 Fosfor [mg] 1 732,2 Magnez [mg] 387,2 Żelazo [mg] 13,4 Witamina C [mg] 204,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 suma cukrów prostych [g] 91,7
	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 miętowy 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 ziemniakami i kielbasą 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż brązowy 180 g Sałata lodowa z jogurtem 70 g (7-MLE) Cukinia pieczona 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 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] 2 604 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 327,2 Sód [mg] 4 185,4 b-karoten [mg] 6 290,6 Potas [mg] 4 901,4 Wapń [mg] 823 Fosfor [mg] 2 209,2 Magnez [mg] 561,5 Żelazo [mg] 17,8 Witamina C [mg] 314 Błonnik pokarmowy [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 suma cukrów prostych [g] 70,4

2025-09-12 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) 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) Knedle z nadzieniem z moreli 300 g Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus z jabłek pieczonych 100 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,2 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Sód [mg] 3 046,3 b-karoten [mg] 3 526,8 Potas [mg] 3 455,3 Wapń [mg] 814,3 Fosfor [mg] 1 488,4 Magnez [mg] 339,2 Żelazo [mg] 10,2 Witamina C [mg] 221,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 suma cukrów prostych [g] 57,7
	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) 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) Knedle z nadzieniem z moreli 300 g Sos jogurtowo-serowy 80 g (7-MLE) Mus z jabłek pieczonych 100 g 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,8 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 363,7 Sód [mg] 2 003,1 b-karoten [mg] 3 865,3 Potas [mg] 3 416,2 Wapń [mg] 580,2 Fosfor [mg] 1 298,9 Magnez [mg] 244,8 Żelazo [mg] 8,8 Witamina C [mg] 232 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 62,7
	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 żółty 30 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) Sos z pomidorów pelati 60 g Kasza pęczak owsiany 180 g Pomidory zapiekane 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 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) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 134,9 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 247,6 Sód [mg] 4 574,6 b-karoten [mg] 5 162,7 Potas [mg] 4 623 Wapń [mg] 771,8 Fosfor [mg] 1 913,3 Magnez [mg] 501,7 Żelazo [mg] 15,7 Witamina C [mg] 253 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 35,2

2025-09-13 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 twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka na kartki 30 g Ogórek 70 g Sałata 30 g	Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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) Masło 20 g (7-MLE) Smarowidło z szynki lekkie 80 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] 2 459,4 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Sód [mg] 3 802,6 b-karoten [mg] 4 474,3 Potas [mg] 4 938,9 Wapń [mg] 632,4 Fosfor [mg] 1 496,8 Magnez [mg] 361,6 Żelazo [mg] 14 Witamina C [mg] 250,2 Błonnik pokarmowy [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 67,2
	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) Masło 20 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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) Masło 20 g (7-MLE) Smarowidło z szynki lekkie 80 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] 2 455,4 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 3 829,8 b-karoten [mg] 4 451,8 Potas [mg] 4 970,2 Wapń [mg] 609,1 Fosfor [mg] 1 347,8 Magnez [mg] 316,3 Żelazo [mg] 13,1 Witamina C [mg] 237,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 70,4
	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) Szynka na kartki 30 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) 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) Smarowidło z szynki lekkie 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 430,7 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 279,4 Sód [mg] 4 341,5 b-karoten [mg] 3 972,8 Potas [mg] 4 446,4 Wapń [mg] 624,1 Fosfor [mg] 1 782,5 Magnez [mg] 435,7 Żelazo [mg] 16,1 Witamina C [mg] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 45,3

2025-09-14 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) 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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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) 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] 2 467,9 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 105,4 Węglowodany ogółem [g] 289 Sód [mg] 3 798,9 b-karoten [mg] 13 119,5 Potas [mg] 4 809 Wapń [mg] 613,5 Fosfor [mg] 1 926,4 Magnez [mg] 383,1 Żelazo [mg] 15,5 Witamina C [mg] 214,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 suma cukrów prostych [g] 76,8
	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) 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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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) 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] 2 444,1 Białko ogółem [g] 130,1 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Sód [mg] 3 743 b-karoten [mg] 11 150,3 Potas [mg] 4 642,5 Wapń [mg] 550,7 Fosfor [mg] 1 812,5 Magnez [mg] 341,2 Żelazo [mg] 13,7 Witamina C [mg] 189,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 suma cukrów prostych [g] 70,9
	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) 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) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt 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] 2 419,1 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 107,2 Węglowodany ogółem [g] 270,7 Sód [mg] 3 980,1 b-karoten [mg] 6 892,2 Potas [mg] 4 501,3 Wapń [mg] 646,7 Fosfor [mg] 2 273,3 Magnez [mg] 523,4 Żelazo [mg] 19,3 Witamina C [mg] 188,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 suma cukrów prostych [g] 39,8

2025-09-15 poniedziałek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) 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) Szyńka 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) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 7-MLE) 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) Masło 20 g (7-MLE) Ser żółty 30 g (7-MLE) Szyńka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375,3 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Sód [mg] 2 917,1 b-karoten [mg] 7 089,7 Potas [mg] 5 355,7 Wapń [mg] 995,3 Fosfor [mg] 1 764,7 Magnez [mg] 443,1 Żelazo [mg] 14,8 Witamina C [mg] 329,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 suma cukrów prostych [g] 66,6
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka 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) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z marchwi i jabłka 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) Masło 20 g (7-MLE) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Szyńka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 468,7 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 100,8 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Sód [mg] 2 101,4 b-karoten [mg] 11 224,3 Potas [mg] 5 467,1 Wapń [mg] 704,1 Fosfor [mg] 1 422,8 Magnez [mg] 359,2 Żelazo [mg] 13,1 Witamina C [mg] 241,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 70,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka 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) Zapiekanka makaronowa razowa z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 7-MLE) 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) Ser żółty 30 g (7-MLE) Szyńka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 368,7 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 279 Sód [mg] 3 098,4 b-karoten [mg] 6 409,6 Potas [mg] 5 033 Wapń [mg] 1 017 Fosfor [mg] 1 885,4 Magnez [mg] 529,3 Żelazo [mg] 16,4 Witamina C [mg] 320,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 suma cukrów prostych [g] 58,8

2025-09-16 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) 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) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z soczewicy czerwonej z pomidorami 400 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Udźziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379,6 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Sód [mg] 3 326,1 b-karoten [mg] 5 924,9 Potas [mg] 5 658,9 Wapń [mg] 567,1 Fosfor [mg] 1 676,1 Magnez [mg] 450,4 Żelazo [mg] 15,9 Witamina C [mg] 274,5 Błonnik pokarmowy [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 89,4
	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) 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) Udźziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Paszтет wyrób własny 80 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] 2 331 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Sód [mg] 3 341,2 b-karoten [mg] 6 547,4 Potas [mg] 5 322,1 Wapń [mg] 491,3 Fosfor [mg] 1 545,2 Magnez [mg] 417 Żelazo [mg] 13,3 Witamina C [mg] 244,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 85,2
	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 biały 80 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 z soczewicy czerwonej z pomidorami 400 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Udźziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 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 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Śliwki 130 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,4 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Sód [mg] 3 704,9 b-karoten [mg] 5 123,5 Potas [mg] 4 815,9 Wapń [mg] 588,5 Fosfor [mg] 1 924,1 Magnez [mg] 465,6 Żelazo [mg] 18,2 Witamina C [mg] 226,3 Błonnik pokarmowy [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 46,9

2025-09-17 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) 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 180 g Kalafior 80 g 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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) 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] 2 530,5 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Sód [mg] 4 426,5 b-karoten [mg] 9 072,2 Potas [mg] 4 408,7 Wapń [mg] 737,5 Fosfor [mg] 1 995,6 Magnez [mg] 512,1 Żelazo [mg] 17,4 Witamina C [mg] 216 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,9 suma cukrów prostych [g] 57,8
	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) 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 180 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 70 g 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) 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] 2 568,9 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 102,7 Węglowodany ogółem [g] 303 Sód [mg] 3 946,2 b-karoten [mg] 13 166,9 Potas [mg] 4 607,4 Wapń [mg] 728,2 Fosfor [mg] 1 845,6 Magnez [mg] 448,4 Żelazo [mg] 16,6 Witamina C [mg] 231,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 suma cukrów prostych [g] 60,3
	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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 180 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 180 g Kalafior 80 g Surówka z cukinii b/c 70 g (7-MLE) 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] 2 451,6 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 269,7 Sód [mg] 4 620,4 b-karoten [mg] 9 072,2 Potas [mg] 4 737,7 Wapń [mg] 759,9 Fosfor [mg] 2 249,5 Magnez [mg] 597,8 Żelazo [mg] 19,9 Witamina C [mg] 216 Błonnik pokarmowy [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3 suma cukrów prostych [g] 51,4

2025-09-18 czwartek	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) Ser biały 80 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Polędwiczka wieprzowa pieczona 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z papryki z olejem 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Sód [mg] 3 597,2 b-karoten [mg] 8 551,6 Potas [mg] 4 826,3 Wapń [mg] 637,4 Fosfor [mg] 1 525,2 Magnez [mg] 371,1 Żelazo [mg] 13,7 Witamina C [mg] 409,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 60,8
	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) Ser biały 80 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Polędwiczka wieprzowa pieczona 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g (7-MLE) Buraczki 80 g (1-GLU, 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) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (1-GLU) Sałatka z tortellini diet. 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 3 418,1 b-karoten [mg] 5 451,3 Potas [mg] 4 951,6 Wapń [mg] 582,4 Fosfor [mg] 1 435,5 Magnez [mg] 333,3 Żelazo [mg] 12,7 Witamina C [mg] 272,1 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 64
	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 biały 80 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Polędwiczka wieprzowa pieczona 100 g Kasza orkiszowa 180 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Puree z pietruszki 80 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) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g (3-JAJ, 9-SEL) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Sód [mg] 3 372 b-karoten [mg] 14 073,2 Potas [mg] 4 993,3 Wapń [mg] 644,4 Fosfor [mg] 1 818,7 Magnez [mg] 447,2 Żelazo [mg] 16,8 Witamina C [mg] 437,3 Błonnik pokarmowy [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 54,7

2025-09-19 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) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Serek homogenizowany z papryką 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz panierowany z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g Jarzyнки po grecku 80 g (9-SEL) 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) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka na kartki 30 g Rzodkiewka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 575,1 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 103,9 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Sód [mg] 3 306,5 b-karoten [mg] 8 676 Potas [mg] 4 834,1 Wapń [mg] 732,9 Fosfor [mg] 1 662,9 Magnez [mg] 382,2 Żelazo [mg] 15,9 Witamina C [mg] 266,9 Łonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 68
	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) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Ziemniaki 180 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (9-SEL) Jarzyнки po grecku 80 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) Masło 20 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Winogrona 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Sód [mg] 2 980,7 b-karoten [mg] 13 813,3 Potas [mg] 4 170,5 Wapń [mg] 685,5 Fosfor [mg] 1 339,6 Magnez [mg] 294,8 Żelazo [mg] 12,1 Witamina C [mg] 209,8 Łonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 suma cukrów prostych [g] 67,4
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Serek homogenizowany z papryką 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Ryż brązowy 180 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 70 g Seler z pomidorami 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka na kartki 30 g Rzodkiewka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Brzoskwinia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 340,9 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 281,7 Sód [mg] 3 147,4 b-karoten [mg] 6 033,5 Potas [mg] 4 266,2 Wapń [mg] 734,3 Fosfor [mg] 1 873,5 Magnez [mg] 490,4 Żelazo [mg] 17,2 Witamina C [mg] 238,3 Łonnik pokarmowy [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8 suma cukrów prostych [g] 45,1

2025-09-20 sobota	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 50 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 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Piersz kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Marchewka z groszkiem 80 g Sałatka z buraka diet. 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) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 360,7 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Sód [mg] 4 729,3 b-karoten [mg] 7 455,8 Potas [mg] 4 014,8 Wapń [mg] 497,4 Fosfor [mg] 1 491,3 Magnez [mg] 380,7 Żelazo [mg] 15,3 Witamina C [mg] 190,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 50,3
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 45 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 45 g (1-GLU) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Piersz kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Marchewka z groszkiem 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,3 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Sód [mg] 4 182,3 b-karoten [mg] 8 547,9 Potas [mg] 4 100,9 Wapń [mg] 443,6 Fosfor [mg] 1 411,7 Magnez [mg] 333,9 Żelazo [mg] 14,4 Witamina C [mg] 207,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 52,7
	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) Piersz kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 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) Schab parowany 30 g Paszтет z tuńczyka 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 112,6 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 263,5 Sód [mg] 4 879,1 b-karoten [mg] 3 144,1 Potas [mg] 4 337,4 Wapń [mg] 544,1 Fosfor [mg] 1 780,7 Magnez [mg] 464,5 Żelazo [mg] 16,8 Witamina C [mg] 224,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 33,1

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,