

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.02.01 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Rolada schabowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Sałata lodowa z sosem vinegret 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 388,6 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 285 Sód [mg] 3 539,2 b-karoten [mg] 4 106,2 Potas [mg] 4 336,2 Wapń [mg] 592,5 Fosfor [mg] 1 652,6 Magnez [mg] 334,4 Żelazo [mg] 15,6 Witamina C [mg] 202,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 71,5
	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 90 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Rolada schabowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Sałata lodowa z sosem vinegret 70 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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,3 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Sód [mg] 3 400,1 b-karoten [mg] 4 679 Potas [mg] 4 180,1 Wapń [mg] 563,8 Fosfor [mg] 1 511 Magnez [mg] 291,1 Żelazo [mg] 13,9 Witamina C [mg] 201,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 70,6
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 100 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Rolada schabowa z suszonymi pomidorami 100 g Kasza orkiszowa 180 g Fasolka gotowana 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,9 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 104,8 Węglowodany ogółem [g] 250,7 Sód [mg] 3 656,9 b-karoten [mg] 4 241,2 Potas [mg] 3 782,5 Wapń [mg] 614,4 Fosfor [mg] 1 788 Magnez [mg] 382,3 Żelazo [mg] 17,5 Witamina C [mg] 189,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 suma cukrów prostych [g] 31,7

2026.02.02 poniedziałek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka panier. w płatkach kukurydżianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 180 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Mizeria 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szyńka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 677,3 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 336,8 Sód [mg] 3 885,5 b-karoten [mg] 9 260,4 Potas [mg] 4 445 Wapń [mg] 629,7 Fosfor [mg] 1 637,8 Magnez [mg] 424 Żelazo [mg] 11,9 Witamina C [mg] 342,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 suma cukrów prostych [g] 48,8
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) 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 tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos dyniowy 60 g Ryż 180 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g (9-SEL) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 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) Pasta z kurczaka wędzonego z serem diet. 80 g (7-MLE) Szyńka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 597,2 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Sód [mg] 3 635,8 b-karoten [mg] 8 427,2 Potas [mg] 4 737,3 Wapń [mg] 633,1 Fosfor [mg] 1 524,9 Magnez [mg] 365,6 Żelazo [mg] 10,8 Witamina C [mg] 246,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 57,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż brązowy 180 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Mizeria 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Szyńka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,1 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 4 181,2 b-karoten [mg] 9 221,3 Potas [mg] 4 750,8 Wapń [mg] 641,7 Fosfor [mg] 1 933,4 Magnez [mg] 584 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 268,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 41,8

2026.02.03 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-pieczarkowym 120 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana mini 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Melon miódowy 150 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Sałatka grecka z fetą 150 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 455,5 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Sód [mg] 4 599,3 b-karoten [mg] 13 585,4 Potas [mg] 5 332,8 Wapń [mg] 919 Fosfor [mg] 1 648 Magnez [mg] 433 Żelazo [mg] 13,9 Witamina C [mg] 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 suma cukrów prostych [g] 55,7
	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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z sałaty lodowej z żurawiną 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	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) Szynka na kartki 30 g Sałatka kalafiorowa z szynką diet. 150 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,7 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sód [mg] 3 633,3 b-karoten [mg] 16 532,7 Potas [mg] 5 567,9 Wapń [mg] 555,9 Fosfor [mg] 1 439 Magnez [mg] 388,9 Żelazo [mg] 13,2 Witamina C [mg] 311,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 60,1
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-pieczarkowym 120 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Brukselka 80 g Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Sałatka grecka z fetą 150 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 416,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Sód [mg] 4 993,4 b-karoten [mg] 5 027,2 Potas [mg] 4 813,1 Wapń [mg] 946,6 Fosfor [mg] 1 910,2 Magnez [mg] 483,5 Żelazo [mg] 16,4 Witamina C [mg] 393,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 40,5

2026.02.04 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki drobiowe w paprykowym trio 150 g (9-SEL) Makaron kokardki 180 g (1-GLU) Kalańior 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g (13-LUB) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 695,8 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 362 Sód [mg] 3 854,9 b-karoten [mg] 11 789,6 Potas [mg] 5 126,1 Wapń [mg] 904,8 Fosfor [mg] 1 847,7 Magnez [mg] 441,6 Żelazo [mg] 14,8 Witamina C [mg] 376,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 suma cukrów prostych [g] 45,3
	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) Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 150 g (9-SEL) Makaron kokardki 180 g (1-GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kalańior puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 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) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g (13-LUB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,6 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Sód [mg] 3 383,7 b-karoten [mg] 12 954,9 Potas [mg] 4 469 Wapń [mg] 701,6 Fosfor [mg] 1 472,3 Magnez [mg] 339 Żelazo [mg] 13 Witamina C [mg] 226,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 suma cukrów prostych [g] 45,2
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki drobiowe w paprykowym trio 150 g (9-SEL) Makaron razowy 180 g (1-GLU) Kalańior 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g (13-LUB) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 621,5 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Sód [mg] 4 298,1 b-karoten [mg] 11 765,3 Potas [mg] 5 443 Wapń [mg] 920,3 Fosfor [mg] 2 007,3 Magnez [mg] 591,8 Żelazo [mg] 16,3 Witamina C [mg] 327,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 suma cukrów prostych [g] 38,6

2026.02.05 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g Surówka collesław 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 351,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Sód [mg] 4 001,8 b-karoten [mg] 5 566,9 Potas [mg] 4 509 Wapń [mg] 672,3 Fosfor [mg] 1 551,4 Magnez [mg] 352,9 Żelazo [mg] 13,6 Witamina C [mg] 314,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 50,1
	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) Masło 20 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa selerowa z łazankami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g (7-MLE) Brokuły puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Sałatka z tortellini diet. 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 340,6 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Sód [mg] 3 838,1 b-karoten [mg] 5 734 Potas [mg] 4 499,1 Wapń [mg] 594,4 Fosfor [mg] 1 417,8 Magnez [mg] 314,9 Żelazo [mg] 12 Witamina C [mg] 299 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 55,2
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 100 g (7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza gryczana 180 g Surówka collesław b/c 70 g (3-JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Pasta drobiowo warzywna 100 g (9-SEL) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 271,3 Sód [mg] 3 838 b-karoten [mg] 7 292 Potas [mg] 4 426,3 Wapń [mg] 618 Fosfor [mg] 2 014,3 Magnez [mg] 579,1 Żelazo [mg] 16,9 Witamina C [mg] 256,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 36

2026.02.06 piątek	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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ryż 180 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) 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) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 868,1 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 114,1 Węglowodany ogółem [g] 369,6 Sód [mg] 3 785,6 b-karoten [mg] 7 027 Potas [mg] 5 051 Wapń [mg] 962,5 Fosfor [mg] 1 718,7 Magnez [mg] 405,1 Żelazo [mg] 15,9 Witamina C [mg] 220,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 suma cukrów prostych [g] 104,2
	Luxmed Łatwastrawna 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) Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z jabłkiem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 180 g Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Banan 1 szt Chleb pszenno-żytni 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 60 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka na kartki 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 666,2 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 377,2 Sód [mg] 3 597,1 b-karoten [mg] 9 071,7 Potas [mg] 5 058,6 Wapń [mg] 676 Fosfor [mg] 1 489,7 Magnez [mg] 369,1 Żelazo [mg] 14,2 Witamina C [mg] 211 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 suma cukrów prostych [g] 104,9
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 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	Mandarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 30 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 512,5 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Sód [mg] 3 618,3 b-karoten [mg] 3 864,6 Potas [mg] 4 910 Wapń [mg] 1 009,6 Fosfor [mg] 2 047,2 Magnez [mg] 523,3 Żelazo [mg] 17,9 Witamina C [mg] 240,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4 suma cukrów prostych [g] 55,6

2026.02.07 sobota	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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 100 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 180 g Kalańior 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 303,7 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 284,7 Sód [mg] 4 082,6 b-karoten [mg] 5 247,7 Potas [mg] 4 115,5 Wapń [mg] 528,1 Fosfor [mg] 1 392,6 Magnez [mg] 364,8 Żelazo [mg] 12,4 Witamina C [mg] 263,9 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 51,9
	Luxmed Łatwastrawna 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 100 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Szynka pieczona 100 g Ziemniaki 180 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kalańior puree 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) 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) Schab parowany 50 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 303,9 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 90,9 Węglowodany ogółem [g] 280,1 Sód [mg] 3 548,7 b-karoten [mg] 6 403,9 Potas [mg] 4 234,8 Wapń [mg] 478,3 Fosfor [mg] 1 317,8 Magnez [mg] 319,6 Żelazo [mg] 11,7 Witamina C [mg] 287,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 44,7
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Pierś z kurnej półki 30 g (1-GLU) Serek wiejski z ricottą 100 g (7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona 100 g Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Kalańior 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,6 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 104,7 Węglowodany ogółem [g] 241,5 Sód [mg] 4 286,2 b-karoten [mg] 5 245,9 Potas [mg] 3 713,1 Wapń [mg] 543,9 Fosfor [mg] 1 609,4 Magnez [mg] 455 Żelazo [mg] 14,5 Witamina C [mg] 183,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 38,3

2026.02.08 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka z indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 754,9 Białko ogółem [g] 143,4 Tłuszcz [g] 120,3 Węglowodany ogółem [g] 312,2 Sód [mg] 3 394,5 b-karoten [mg] 7 654,9 Potas [mg] 5 331,2 Wapń [mg] 764,7 Fosfor [mg] 2 249,2 Magnez [mg] 454,7 Żelazo [mg] 16,7 Witamina C [mg] 353,6 Łonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,3 suma cukrów prostych [g] 54,8
	Luxmed Łatwastrawna 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) Szyńka z indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 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 biały 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	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 680,7 Białko ogółem [g] 143,1 Tłuszcz [g] 123,6 Węglowodany ogółem [g] 290 Sód [mg] 3 195,6 b-karoten [mg] 5 282,4 Potas [mg] 4 806,1 Wapń [mg] 724,2 Fosfor [mg] 2 031,2 Magnez [mg] 374,5 Żelazo [mg] 14,6 Witamina C [mg] 231,5 Łonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 suma cukrów prostych [g] 52,3
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szyńka z indyka 30 g (1-GLU) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza jęczmienna 180 g (1-GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 697,5 Białko ogółem [g] 136,8 Tłuszcz [g] 128,8 Węglowodany ogółem [g] 274,5 Sód [mg] 3 510,8 b-karoten [mg] 7 618,5 Potas [mg] 5 488 Wapń [mg] 759,5 Fosfor [mg] 2 458,5 Magnez [mg] 519,1 Żelazo [mg] 18,4 Witamina C [mg] 279,5 Łonnik pokarmowy [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 suma cukrów prostych [g] 44,6

2026.02.09 poniedziałek	Luxmed Podstawowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pierogi z mięsem II z okrasą 260 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 3 001,1 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 139,8 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Sód [mg] 3 396,4 b-karoten [mg] 8 371,1 Potas [mg] 3 136,2 Wapń [mg] 774 Fosfor [mg] 1 376 Magnez [mg] 281,7 Żelazo [mg] 14,3 Witamina C [mg] 150,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,8 suma cukrów prostych [g] 51,3
	Luxmed Łatwostrawna wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb pszenno-żytni 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Kajzerka 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa minestrone z makaronem diet. 400 ml (1-GLU, 9-SEL) pierogi z mięsem II diet. 260 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 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 zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Twarożek z awokado i pietruszką 100 g (7-MLE) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 712,4 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Sód [mg] 2 460,5 b-karoten [mg] 10 860 Potas [mg] 3 210,2 Wapń [mg] 666,6 Fosfor [mg] 1 236,9 Magnez [mg] 247,6 Żelazo [mg] 12,7 Witamina C [mg] 165,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 57
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Chleb razowy 90 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany natur kg 80 g (7-MLE) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Kasza pęczak 180 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomarańcza 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 626,8 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 129,5 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Sód [mg] 4 009,8 b-karoten [mg] 9 016,3 Potas [mg] 3 667,4 Wapń [mg] 797,6 Fosfor [mg] 1 666 Magnez [mg] 431,2 Żelazo [mg] 13,9 Witamina C [mg] 182,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 suma cukrów prostych [g] 27,4

2026.02.10 wtorek	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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Ratatouille 80 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Melon Kantalupe 150 g Chleb pszenno-żytni 40 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 899,8 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 123,1 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Sód [mg] 3 759 b-karoten [mg] 12 359,3 Potas [mg] 5 247,3 Wapń [mg] 870,2 Fosfor [mg] 1 876,5 Magnez [mg] 444,9 Żelazo [mg] 16,4 Witamina C [mg] 433,7 Łonnik pokarmowy [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 52,7
	Luxmed Łatwastrawna 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) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 400 ml (9-SEL) Kotlet pożarski z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Ratatouille lekkostrawna 80 g (9-SEL) Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Melon Kantalupe 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) Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 150 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 920,8 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 120,7 Węglowodany ogółem [g] 349,3 Sód [mg] 4 073,3 b-karoten [mg] 10 686,2 Potas [mg] 5 334,7 Wapń [mg] 631,2 Fosfor [mg] 1 682,4 Magnez [mg] 404,4 Żelazo [mg] 15,4 Witamina C [mg] 275,2 Łonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 54,4
	Luxmed Cukrzycowa wysokobiałkowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 180 g (1-GLU) Sałata z sosem vinegret 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 20 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałatka ryżowa (brązowy) z warzywami, serem i szynką 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 854,6 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 123 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Sód [mg] 3 922,4 b-karoten [mg] 10 626,2 Potas [mg] 5 183,7 Wapń [mg] 848,9 Fosfor [mg] 2 117,3 Magnez [mg] 511,8 Żelazo [mg] 18,4 Witamina C [mg] 365,4 Łonnik pokarmowy [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 suma cukrów prostych [g] 42,9

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,