Jadłospisy za okres od dnia 2026.04.21 do dnia 2026.04.30 KUCHNIA GŁÓWNA

1		3	5	6	7
	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026.04.21 wtorek Luxmed D01-Podstawowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 45 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 45 g (***1-GLU***) Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 100 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos pomidorowy 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g (***3-JAJ***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 30 g (***1-GLU***) Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (***7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 720,5** **Białko ogółem [g] 108,8** **Tłuszcz [g] 96** **Węglowodany ogółem [g] 372,3** **Sód [mg] 3 735,8** **b-karoten [mg] 10 902** **Potas [mg] 4 936,7** **Wapń [mg] 726,6** **Fosfor [mg] 1 732,2** **Magnez [mg] 445,4** **Żelazo [mg] 14,5** **Witamina C [mg] 390,6** **Błonnik pokarmowy [g] 41,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8** **suma cukrów prostych [g] 50,8**
Luxmed D02-Łatwostrawna	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 45 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 45 g (***1-GLU***) Grahamka mini 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek z awokado i pietruszką 80 g (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 100 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos pomidorowy 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka z cukinii 70 g (***7-MLE***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 30 g (***1-GLU***) Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (***7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 807,9** **Białko ogółem [g] 112,8** **Tłuszcz [g] 93,8** **Węglowodany ogółem [g] 398,5** **Sód [mg] 3 540,1** **b-karoten [mg] 16 432,7** **Potas [mg] 5 470** **Wapń [mg] 716,2** **Fosfor [mg] 1 763,3** **Magnez [mg] 461,9** **Żelazo [mg] 14,5** **Witamina C [mg] 264** **Błonnik pokarmowy [g] 41,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1** **suma cukrów prostych [g] 55,9**
Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 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***) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (***7-MLE***) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 70 g Sałata 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 100 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos pomidorowy 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw b/c 70 g (***3-JAJ***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 30 g (***1-GLU***) Pasta brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (***7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 641,7** **Białko ogółem [g] 101,7** **Tłuszcz [g] 96,2** **Węglowodany ogółem [g] 345,8** **Sód [mg] 4 032,1** **b-karoten [mg] 10 902** **Potas [mg] 5 418,6** **Wapń [mg] 760** **Fosfor [mg] 2 103,9** **Magnez [mg] 569,8** **Żelazo [mg] 18,3** **Witamina C [mg] 390,6** **Błonnik pokarmowy [g] 59,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3** **suma cukrów prostych [g] 42,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.22 środa	Luxmed D01-Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Jajko 1 szt (***3-JAJ***) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kurczak po kujawsku 140 g (***1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR***) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałatka szwabska 150 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 634,3** **Białko ogółem [g] 108** **Tłuszcz [g] 115,5** **Węglowodany ogółem [g] 299** **Sód [mg] 4 743,2** **b-karoten [mg] 5 170,9** **Potas [mg] 4 489,6** **Wapń [mg] 521,3** **Fosfor [mg] 1 679,8** **Magnez [mg] 408,5** **Żelazo [mg] 15,7** **Witamina C [mg] 238** **Błonnik pokarmowy [g] 34,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2** **suma cukrów prostych [g] 46,7**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Jajko 1 szt (***3-JAJ***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 180 g Kalafior puree 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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałatka szwabska diet. 150 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507** **Białko ogółem [g] 103** **Tłuszcz [g] 112,5** **Węglowodany ogółem [g] 283,3** **Sód [mg] 4 500** **b-karoten [mg] 8 209,6** **Potas [mg] 4 216,2** **Wapń [mg] 488,2** **Fosfor [mg] 1 418,7** **Magnez [mg] 317,5** **Żelazo [mg] 13,7** **Witamina C [mg] 262,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6** **suma cukrów prostych [g] 49,1**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Jajko 1 szt (***3-JAJ***) Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym lekka 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Kasza orkiszowa 180 g Surówka z pora (z olejem) b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałatka szwabska 150 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 497,9** **Białko ogółem [g] 95,5** **Tłuszcz [g] 121,8** **Węglowodany ogółem [g] 244,1** **Sód [mg] 4 706,5** **b-karoten [mg] 6 374,7** **Potas [mg] 3 829,6** **Wapń [mg] 526,7** **Fosfor [mg] 1 770,3** **Magnez [mg] 450,7** **Żelazo [mg] 17,1** **Witamina C [mg] 210,9** **Błonnik pokarmowy [g] 51,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40** **suma cukrów prostych [g] 32,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.23 czwartek	Luxmed D01-Podstawowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek bazyliowy 80 g (***7-MLE***) Krakowska sucha extra 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (***5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Sos paprykowy 60 g Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (***3-JAJ***) Bukiet warzyw 3-skł. 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 30 g (***1-GLU***) Hummus buraczkowy 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Ser żółty 30 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Banan 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 796,2** **Białko ogółem [g] 116,1** **Tłuszcz [g] 94** **Węglowodany ogółem [g] 381,5** **Sód [mg] 3 711,4** **b-karoten [mg] 9 430,5** **Potas [mg] 5 980** **Wapń [mg] 959,6** **Fosfor [mg] 1 777,5** **Magnez [mg] 490,2** **Żelazo [mg] 15,2** **Witamina C [mg] 417,4** **Błonnik pokarmowy [g] 43,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6** **suma cukrów prostych [g] 88,9**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek bazyliowy 80 g (***7-MLE***) Krakowska sucha extra 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 400 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (***5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***) Ziemniaki 180 g Seler z pomidorami 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 30 g (***1-GLU***) Hummus buraczkowy 80 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Banan 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 820,9** **Białko ogółem [g] 120,8** **Tłuszcz [g] 93,3** **Węglowodany ogółem [g] 386,6** **Sód [mg] 3 205,8** **b-karoten [mg] 5 819,6** **Potas [mg] 5 773,1** **Wapń [mg] 714,4** **Fosfor [mg] 1 624** **Magnez [mg] 429,7** **Żelazo [mg] 13** **Witamina C [mg] 232,5** **Błonnik pokarmowy [g] 34,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4** **suma cukrów prostych [g] 88,7**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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***) Twarożek bazyliowy 80 g (***7-MLE***) Krakowska sucha extra 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (***5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Ryż brązowy 180 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Seler z pomidorami 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka z indyka 30 g (***1-GLU***) Hummus buraczkowy 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Ser żółty 30 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 742,3** **Białko ogółem [g] 109,4** **Tłuszcz [g] 95,3** **Węglowodany ogółem [g] 363,7** **Sód [mg] 3 858,7** **b-karoten [mg] 7 760,2** **Potas [mg] 5 360,2** **Wapń [mg] 1 003,9** **Fosfor [mg] 2 242,3** **Magnez [mg] 596,5** **Żelazo [mg] 18,3** **Witamina C [mg] 328,1** **Błonnik pokarmowy [g] 64,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5** **suma cukrów prostych [g] 42,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.24 piątek	Luxmed D01-Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Serek wiejski z ricottą 80 g (***7-MLE***) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (***9-SEL, 13-ŁUB***) Kluski leniwe 250 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-serowy 80 g (***7-MLE***) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***4-RYB, 7-MLE***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Kiwi 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 827,1** **Białko ogółem [g] 118,7** **Tłuszcz [g] 102,8** **Węglowodany ogółem [g] 361,7** **Sód [mg] 4 177,9** **b-karoten [mg] 4 960,7** **Potas [mg] 3 403** **Wapń [mg] 807,3** **Fosfor [mg] 1 886,7** **Magnez [mg] 340,8** **Żelazo [mg] 14,3** **Witamina C [mg] 182,8** **Błonnik pokarmowy [g] 34,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,4** **suma cukrów prostych [g] 80,4**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Serek wiejski z ricottą 80 g (***7-MLE***) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 400 ml (***9-SEL, 13-ŁUB***) Kluski leniwe 250 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-serowy 80 g (***7-MLE***) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***4-RYB, 7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Kiwi 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 858,4** **Białko ogółem [g] 121,5** **Tłuszcz [g] 103,2** **Węglowodany ogółem [g] 370,8** **Sód [mg] 3 595,7** **b-karoten [mg] 5 486,8** **Potas [mg] 3 420,2** **Wapń [mg] 789,4** **Fosfor [mg] 1 759** **Magnez [mg] 274,5** **Żelazo [mg] 13,2** **Witamina C [mg] 200,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,6** **suma cukrów prostych [g] 82,9**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 30 g (***1-GLU***) Serek wiejski z ricottą 80 g (***7-MLE***) Pomidory koktajlowe 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (***9-SEL, 13-ŁUB***) Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem b/c 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-serowy b/c 80 g (***7-MLE***) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (***4-RYB, 7-MLE***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Kiwi 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,3** **Białko ogółem [g] 115,5** **Tłuszcz [g] 97,8** **Węglowodany ogółem [g] 287,2** **Sód [mg] 3 812,9** **b-karoten [mg] 4 922,6** **Potas [mg] 4 070,1** **Wapń [mg] 769,2** **Fosfor [mg] 1 984,3** **Magnez [mg] 444,5** **Żelazo [mg] 17,1** **Witamina C [mg] 201,2** **Błonnik pokarmowy [g] 56** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6** **suma cukrów prostych [g] 49,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.25 sobota	Luxmed D01-Podstawowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kajzerka szt 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (***7-MLE***) Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Ogórek 70 g Sałata 30 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***) Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Ser żółty 30 g (***7-MLE***) Szynka od szwagra 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałata 15 g Gruszka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 940,8** **Białko ogółem [g] 113,2** **Tłuszcz [g] 111** **Węglowodany ogółem [g] 379,7** **Sód [mg] 4 242,3** **b-karoten [mg] 11 636,7** **Potas [mg] 4 797,9** **Wapń [mg] 941,8** **Fosfor [mg] 1 806,6** **Magnez [mg] 423** **Żelazo [mg] 14,1** **Witamina C [mg] 213,4** **Błonnik pokarmowy [g] 44,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3** **suma cukrów prostych [g] 73**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kajzerka szt 1 szt (***1-GLU, 6-SOJ***) Chleb pszenno-żytni 35 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 35 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Twarożek z natką pietruszki 80 g (***7-MLE***) Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***) Brokuły puree 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Ser biały 80 g (***7-MLE***) Szynka od szwagra 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałata 15 g Pomarańcza 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 974,6** **Białko ogółem [g] 125,7** **Tłuszcz [g] 109,2** **Węglowodany ogółem [g] 383,4** **Sód [mg] 3 937,5** **b-karoten [mg] 12 167** **Potas [mg] 5 069,7** **Wapń [mg] 847,8** **Fosfor [mg] 1 753,4** **Magnez [mg] 392,5** **Żelazo [mg] 12,3** **Witamina C [mg] 216,4** **Błonnik pokarmowy [g] 38,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5** **suma cukrów prostych [g] 63,9**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 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***) Łopatka z pietruszką 30 g (***1-GLU***) Twarożek z natką pietruszki 80 g (***7-MLE***) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 180 g (***1-GLU***) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Ser żółty 30 g (***7-MLE***) Szynka od szwagra 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Sałata 15 g Gruszka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 814** **Białko ogółem [g] 108,6** **Tłuszcz [g] 105** **Węglowodany ogółem [g] 356,6** **Sód [mg] 4 386,5** **b-karoten [mg] 11 561,2** **Potas [mg] 5 261,7** **Wapń [mg] 988,9** **Fosfor [mg] 2 180,4** **Magnez [mg] 550,9** **Żelazo [mg] 17,8** **Witamina C [mg] 215,8** **Błonnik pokarmowy [g] 61** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6** **suma cukrów prostych [g] 67,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.26 niedziela	Luxmed D01-Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 80 g (***7-MLE***) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Kalafior 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 (***1-GLU***) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (***3-JAJ***) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Pasztet wyrób własny 35 g (***1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL***) Sałata 15 g Winogrona 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 605,4** **Białko ogółem [g] 112** **Tłuszcz [g] 111,4** **Węglowodany ogółem [g] 296,4** **Sód [mg] 3 907,3** **b-karoten [mg] 5 213,4** **Potas [mg] 4 112,9** **Wapń [mg] 560,4** **Fosfor [mg] 1 628,5** **Magnez [mg] 330** **Żelazo [mg] 15,3** **Witamina C [mg] 199,2** **Błonnik pokarmowy [g] 31,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7** **suma cukrów prostych [g] 64,8**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 ryżem b/ml 400 ml (***9-SEL***) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Kalafior puree 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g (***1-GLU***) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Pasztet wyrób własny 35 g (***1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL***) Sałata 15 g Winogrona 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 500** **Białko ogółem [g] 114,7** **Tłuszcz [g] 97** **Węglowodany ogółem [g] 303,5** **Sód [mg] 3 764,7** **b-karoten [mg] 5 769,9** **Potas [mg] 4 030,3** **Wapń [mg] 529,6** **Fosfor [mg] 1 501,2** **Magnez [mg] 288,4** **Żelazo [mg] 13,9** **Witamina C [mg] 208,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2** **suma cukrów prostych [g] 65,9**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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 80 g (***7-MLE***) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Szynka pieczona 100 g Kasza orkiszowa 180 g Kalafior 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Kurczak gotowany z kurnej półki 30 g (***1-GLU***) Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (***3-JAJ***) Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Pasztet wyrób własny 35 g (***1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588,8** **Białko ogółem [g] 105,1** **Tłuszcz [g] 117,7** **Węglowodany ogółem [g] 271,6** **Sód [mg] 3 730,5** **b-karoten [mg] 5 276,2** **Potas [mg] 4 018,2** **Wapń [mg] 588** **Fosfor [mg] 1 857,8** **Magnez [mg] 436,1** **Żelazo [mg] 18,6** **Witamina C [mg] 196,5** **Błonnik pokarmowy [g] 56,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4** **suma cukrów prostych [g] 35,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.27 poniedziałek	Luxmed D01-Podstawowa	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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (***1-GLU***) Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku 120 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kasza kuskus 180 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Chleb razowy 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 40 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Szynka z zalewy Szuster 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 224,3** **Białko ogółem [g] 143,4** **Tłuszcz [g] 138,3** **Węglowodany ogółem [g] 361,7** **Sód [mg] 3 698,1** **b-karoten [mg] 12 189,7** **Potas [mg] 4 997,3** **Wapń [mg] 967,2** **Fosfor [mg] 2 193,9** **Magnez [mg] 535,3** **Żelazo [mg] 20,4** **Witamina C [mg] 358,1** **Błonnik pokarmowy [g] 40,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2** **suma cukrów prostych [g] 50,6**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (***1-GLU***) Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g	Zupa ziemniaczanka z natką 400 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 180 g (***1-GLU***) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (***9-SEL***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Szynka z zalewy Szuster 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 174,6** **Białko ogółem [g] 140** **Tłuszcz [g] 129,9** **Węglowodany ogółem [g] 377,6** **Sód [mg] 2 937,1** **b-karoten [mg] 17 139,6** **Potas [mg] 5 153** **Wapń [mg] 801** **Fosfor [mg] 1 905,6** **Magnez [mg] 464,1** **Żelazo [mg] 19** **Witamina C [mg] 257,4** **Błonnik pokarmowy [g] 37,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2** **suma cukrów prostych [g] 57,5**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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 tostowa z kurcząt 30 g (***1-GLU***) Ser mozarella kulki mini 50 g (***7-MLE***) Papryka 70 g Sałata 30 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (***1-GLU***) Kasza gryczana 180 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Szynka z zalewy Szuster 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Ogórek kiszony 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (***7-MLE***) Sałata 15 g Mandarynka 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 112,3** **Białko ogółem [g] 132,1** **Tłuszcz [g] 136,7** **Węglowodany ogółem [g] 337,5** **Sód [mg] 4 441,1** **b-karoten [mg] 12 287,7** **Potas [mg] 5 601,3** **Wapń [mg] 878,5** **Fosfor [mg] 2 619,8** **Magnez [mg] 737,1** **Żelazo [mg] 22,4** **Witamina C [mg] 358,3** **Błonnik pokarmowy [g] 59,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8** **suma cukrów prostych [g] 43,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.28 wtorek	Luxmed D01-Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 ogórkowa z łazankami 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 180 g Buraczki 80 g (***1-GLU, 9-SEL***) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Sałata 15 g Melon miodowy 150 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,2** **Białko ogółem [g] 101,8** **Tłuszcz [g] 106,9** **Węglowodany ogółem [g] 317,9** **Sód [mg] 5 508,6** **b-karoten [mg] 13 348,7** **Potas [mg] 4 535,5** **Wapń [mg] 942** **Fosfor [mg] 1 572,4** **Magnez [mg] 391,6** **Żelazo [mg] 15,5** **Witamina C [mg] 247** **Błonnik pokarmowy [g] 35,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9** **suma cukrów prostych [g] 59,5**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 45 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Serek wiejski z koperkiem 80 g (***7-MLE***) 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 mielony wieprzowy z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Buraczki 80 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Sałata 15 g Melon miodowy 150 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 644,7** **Białko ogółem [g] 104,2** **Tłuszcz [g] 105,3** **Węglowodany ogółem [g] 334,2** **Sód [mg] 4 240,7** **b-karoten [mg] 11 997,3** **Potas [mg] 4 626,7** **Wapń [mg] 551,7** **Fosfor [mg] 1 295,4** **Magnez [mg] 343,2** **Żelazo [mg] 14,5** **Witamina C [mg] 243,7** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2** **suma cukrów prostych [g] 60,9**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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 ogórkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Kasza jęczmienna 180 g (***1-GLU***) Fasolka gotowana 80 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 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	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Sałata 15 g Kiwi 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 649,1** **Białko ogółem [g] 97,6** **Tłuszcz [g] 117** **Węglowodany ogółem [g] 299,8** **Sód [mg] 6 336,9** **b-karoten [mg] 11 893** **Potas [mg] 4 098** **Wapń [mg] 969,3** **Fosfor [mg] 2 024,6** **Magnez [mg] 514,5** **Żelazo [mg] 18,7** **Witamina C [mg] 248,2** **Błonnik pokarmowy [g] 57,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,7** **suma cukrów prostych [g] 37,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.29 środa	Luxmed D01-Podstawowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 brukselkowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 180 g (***7-MLE***) Makaron kokardki 180 g (***1-GLU***) Kalafior 80 g Surówka kopenhaska 70 g (***7-MLE, 10-GOR***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 ciecierzycy a la bruschetta 80 g Szynkowa extra 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Pasta jajeczna z natką diet. 40 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Sałata 15 g Pomarańcza 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 838,1** **Białko ogółem [g] 126,5** **Tłuszcz [g] 100** **Węglowodany ogółem [g] 366,3** **Sód [mg] 3 838,3** **b-karoten [mg] 9 478,8** **Potas [mg] 4 753,2** **Wapń [mg] 861,3** **Fosfor [mg] 1 790,5** **Magnez [mg] 437,7** **Żelazo [mg] 14,6** **Witamina C [mg] 345,2** **Błonnik pokarmowy [g] 40,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9** **suma cukrów prostych [g] 51**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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***) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 180 g Makaron kokardki 180 g (***1-GLU***) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kalafior puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Szynkowa extra 30 g (***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR***) Schab parowany 30 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Pasta jajeczna z natką diet. 40 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Sałata 15 g Pomarańcza 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 783,4** **Białko ogółem [g] 129,1** **Tłuszcz [g] 104,8** **Węglowodany ogółem [g] 344,6** **Sód [mg] 3 038,1** **b-karoten [mg] 10 362,5** **Potas [mg] 4 325,4** **Wapń [mg] 755,3** **Fosfor [mg] 1 601,4** **Magnez [mg] 352,3** **Żelazo [mg] 13,1** **Witamina C [mg] 217,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9** **suma cukrów prostych [g] 51,7**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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 brukselkowa z ziemniakami 400 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 180 g (***7-MLE***) Makaron razowy 180 g (***1-GLU***) Kalafior 80 g Surówka kopenhaska 70 g (***7-MLE, 10-GOR***) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	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 ciecierzycy a la bruschetta 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Pasta jajeczna z natką diet. 40 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Sałata 15 g Pomarańcza 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 782,3** **Białko ogółem [g] 117** **Tłuszcz [g] 102,4** **Węglowodany ogółem [g] 343,5** **Sód [mg] 4 372,2** **b-karoten [mg] 9 478,8** **Potas [mg] 5 303,4** **Wapń [mg] 897,9** **Fosfor [mg] 2 069,1** **Magnez [mg] 627,3** **Żelazo [mg] 17,3** **Witamina C [mg] 345,2** **Błonnik pokarmowy [g] 56,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3** **suma cukrów prostych [g] 44,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026.04.30 czwartek	Luxmed D01-Podstawowa	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (***9-SEL***) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 180 g Brokuły 80 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 40 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Sałatka z tortellini 150 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422,6** **Białko ogółem [g] 100,5** **Tłuszcz [g] 89,5** **Węglowodany ogółem [g] 315,2** **Sód [mg] 4 137,2** **b-karoten [mg] 6 487,7** **Potas [mg] 3 985,8** **Wapń [mg] 618,7** **Fosfor [mg] 1 355,7** **Magnez [mg] 321** **Żelazo [mg] 12,9** **Witamina C [mg] 250,6** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2** **suma cukrów prostych [g] 42,8**
	Luxmed D02-Łatwostrawna	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***) Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) 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 ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (***9-SEL***) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Sos pietruszkowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (***9-SEL***) Brokuły puree 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 60 g (***1-GLU***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Sałatka z tortellini diet. 150 g (***3-JAJ, 7-MLE***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g	Chleb firmowy 50 g (***1-GLU***) Flora omega 3&6 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,7** **Białko ogółem [g] 106,2** **Tłuszcz [g] 102,1** **Węglowodany ogółem [g] 331,7** **Sód [mg] 4 087,5** **b-karoten [mg] 9 142,1** **Potas [mg] 4 059,5** **Wapń [mg] 545,6** **Fosfor [mg] 1 279,5** **Magnez [mg] 288,4** **Żelazo [mg] 12** **Witamina C [mg] 251,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4** **suma cukrów prostych [g] 48,8**
	Luxmed D03-Z ogr.węglowodanów	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 80 g (***7-MLE***) Kaziuk 30 g (***1-GLU***) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 400 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 100 g Kasza gryczana 180 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chleb razowy 120 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 20 g (***7-MLE***) Polędwica z piersi indyka 30 g (***6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pasta drobiowo warzywna 80 g (***9-SEL***) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 65 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Flora omega 3&6 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g (***1-GLU***) Sałata 15 g Jabłko 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,5** **Białko ogółem [g] 100,1** **Tłuszcz [g] 94,9** **Węglowodany ogółem [g] 276,5** **Sód [mg] 3 919,2** **b-karoten [mg] 7 713** **Potas [mg] 4 255,2** **Wapń [mg] 575,5** **Fosfor [mg] 1 953,6** **Magnez [mg] 555** **Żelazo [mg] 17,5** **Witamina C [mg] 216,1** **Błonnik pokarmowy [g] 54,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4** **suma cukrów prostych [g] 31,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Dussmann Polska sp. z o.o. Dora Metal
ul. Racjonalizacji 5, 02-673, Warszawa

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-S02 - 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,