

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-08-01 sobota	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Ser mozzarella mini 50 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa zacierkowa diet. 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z indyka soute z pieca 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Sos z pomidorów pelati 60 ml Kalafior gotowany 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Mus marchew-jabłko-banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,6 Białko ogółem [g] 105,5 Węglowodany ogółem [g] 301,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 73,1 Tłuszcz [g] 73,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 2 790,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Ser mozzarella mini 50 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa zacierkowa diet. 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z indyka soute z pieca 100 g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Sos z pomidorów pelati 60 ml Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Kalafior puree 80 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Mus marchew-jabłko-banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,7 Białko ogółem [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 308,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 74 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Sód [mg] 2 766,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Ser mozzarella mini 50 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa zacierkowa diet. 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z indyka soute z pieca 100 g (GLU) Sos z pomidorów pelati 60 ml Ryż brązowy 160 g Kalafior gotowany 80 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Ogórek 70 g Sałata lodowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Mus malinowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,7 Białko ogółem [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 310,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 67,4 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 2 821,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,1

2026-08-02 niedziela	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Sos boloński wieprzowy diet. 180 g (GLU) Makaron świderki 160 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek homogenizowany 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 108,8 Węglowodany ogółem [g] 290,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 75,9 Tłuszcz [g] 92,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Sód [mg] 2 266,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	LUXMED D02-Łatwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa diet. 400 ml (SEL) Sos boloński wieprzowy diet. 180 g (GLU) Makaron świderki 160 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek homogenizowany 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 338,6 Białko ogółem [g] 110 Węglowodany ogółem [g] 298,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 75,9 Tłuszcz [g] 84,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Sód [mg] 2 235,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Ogórek 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa 400 ml (MLE, SEL) Sos boloński wieprzowy diet. 180 g (GLU) Makaron razowy 160 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem bez cukru 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 173,5 Białko ogółem [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 256,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,8 Tłuszcz [g] 95,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50 Sód [mg] 2 312,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,1

2026-08-03 poniedziałek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy 30 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa dyniowo-marchewkowa 400 g Bitka wieprzowa ze schabu z pieca 100 g (GLU) Sos koperkowy 60 ml (GLU, MLE) Kasza bulgur 160 g (GLU) Ratatouille 80 g Sałata masłowa z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 30 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Gruszka 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Szynka z zalewy 30 g Sałata masłowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,6 Białko ogółem [g] 110,2 Węglowodany ogółem [g] 296,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,2 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,8 Sód [mg] 2 419,1 Błonnik pokarmowy [g] 33
	LUXMED D02-Łatwostawna	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Kajzerka 1 szt (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa dyniowo-marchewkowa 400 g Bitka wieprzowa ze schabu z pieca 100 g (GLU) Kasza bulgur 160 g (GLU) Sos koperkowy 60 ml (GLU, MLE) Ratatouille lekkie 80 g (GLU) Sałata masłowa z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 30 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Jabłko 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Szynka z zalewy 30 g Sałata masłowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,4 Białko ogółem [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 306,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,6 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6 Sód [mg] 2 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	LUXMED D03-Z ogr. węglowodanów	Chleb razowy 70 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Bitka wieprzowa ze schabu z pieca 100 g (GLU) Kasza bulgur 160 g (GLU) Ratatouille 80 g Sałata masłowa z jogurtem 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kielbasa zielonogórska 30 g Serek homogenizowany naturalny 80 g (MLE) Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Gruszka 1 szt Chleb razowy 65 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Szynka z zalewy 30 g Sałata masłowa 15 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 372,6 Białko ogółem [g] 109,7 Węglowodany ogółem [g] 323,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,8 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Sód [mg] 2 844,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,4

2026-08-04 wtorek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Żurek diet. 400 ml (GLU, SEL) Antrykot z piersi kurczaka z pieca 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Surówka z białej kapusty i marchewki 70 g (JAJ, MLE, GOR) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (MLE) Kompot truskawkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Melon plaster 150 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,9 Białko ogółem [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 290,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,2 Tłuszcz [g] 115,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 3 259,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Kompot truskawkowy b/c 300 ml Żurek diet. 400 ml (GLU, SEL) Antrykot z piersi kurczaka z pieca 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Surówka z selera i marchewki 70 g (MLE, SEL) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (MLE)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Melon plaster 150 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 449,8 Białko ogółem [g] 104,1 Węglowodany ogółem [g] 296,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,8 Tłuszcz [g] 100,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Sód [mg] 3 140,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (JAJ, MLE) Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Żurek diet. 400 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g (MLE) Surówka z białej kapusty i marchewki b/c 70 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot truskawkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, GOR) Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Mandarynka 1 szt Chleb razowy 65 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,8 Białko ogółem [g] 96,5 Węglowodany ogółem [g] 274,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 37,6 Tłuszcz [g] 110,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Sód [mg] 3 267,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,5

2026-08-05 środa	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Twarożek z ricottą i ziołami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Ogórek 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE) Gulasz wieprzowy diet. 180 g (GLU , SEL) Kopytka 160 g (GLU , JAJ) Brokuł gotowany 80 g Surówka z ogórków kiszonych i pomidorów 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynek drobiowa 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g	Nektarynka 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 675,4 Białko ogółem [g] 117,3 Węglowodany ogółem [g] 341,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,2 Tłuszcz [g] 102,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 2 556,6 Błonnik pokarmowy [g] 36
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Twarożek z ricottą i ziołami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa pomidorowa z ryżem diet. 400 ml Gulasz wieprzowy diet. 180 g (GLU , SEL) Kopytka 160 g (GLU , JAJ) Brokuł puree 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynek drobiowa 30 g Filet maślany z indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g	Nektarynka 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Szynek z zalewy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 465,4 Białko ogółem [g] 111,1 Węglowodany ogółem [g] 338,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,1 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 723,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Twarożek z ricottą i ziołami 80 g (MLE) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Ogórek 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa pomidorowa z ryżem diet. 400 ml Gulasz wieprzowy diet. 180 g (GLU , SEL) Makaron razowy 160 g (GLU) Brokuł gotowany 80 g Surówka z ogórków kiszonych i pomidorów b/c 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynek drobiowa 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Herbata 1 szt Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g	Nektarynka 1 szt Chleb razowy 65 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Ser żółty 30 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 544,2 Białko ogółem [g] 112,6 Węglowodany ogółem [g] 331,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,9 Tłuszcz [g] 96,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 685,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,7

2026-08-06 czwartek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Marchewka z miodem 80 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna 70 g (SEL) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser mozzarella mini 50 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Szynka wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 312,5 Białko ogółem [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 278,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,6 Tłuszcz [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Sód [mg] 2 650,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa diet. 400 ml (SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Surówka wielowarzywna lekka 70 g (MLE, SEL) Marchewka z miodem 80 g (GLU, MLE) Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser mozzarella mini 50 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Chleb pszenny 50 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Szynka wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 300,7 Białko ogółem [g] 110 Węglowodany ogółem [g] 284,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,6 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Sód [mg] 2 583,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	LUXMED D03-Z ogr. węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g (MLE) Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa szpinakowa 400 ml (SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 160 g (GLU) Surówka wielowarzywna b/c 70 g (SEL) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser mozzarella mini 50 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Chleb razowy 65 g (GLU) Sałata masłowa 15 g Flora omega 3&6 10 g Szynka wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,5 Białko ogółem [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 264,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,2 Tłuszcz [g] 85 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Sód [mg] 2 715,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,6

2026-08-07 piątek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Krupnik diet. 400 ml (GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynka grecka 80 g (SEL) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet. 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Ogórek kiszony 70 g Kapusta pekińska 30 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 739,1 Białko ogółem [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 376,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,6 Tłuszcz [g] 98,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Sód [mg] 3 730,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,1
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Krupnik diet. 400 ml (GLU, SEL) Mintaj panierowany z pieca 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Jarzynka grecka 80 g (SEL) Surówka z pomidora z koperkiem 70 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet. 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 692,5 Białko ogółem [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 377,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Sód [mg] 3 362,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,9
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 70 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt (JAJ) Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Krupnik diet. 400 ml (GLU, SEL) Mintaj pieczony soute 100 g (GLU) Ryż brązowy 160 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 80 g Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynka piastowska 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet(makaron razowy) 150 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Ogórek kiszony 70 g Kapusta pekińska 30 g	Jabłko 1 szt Chleb razowy 65 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 640,3 Białko ogółem [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 387,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,9 Tłuszcz [g] 87,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Sód [mg] 3 853,9 Błonnik pokarmowy [g] 56,3

2026-08-08 sobota	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek figa z makiem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Ogórek 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczana z pomidorami diet. 400 ml (SEL) Naleśnik z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Mus jogurtowo-truskawkowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kurczak gotowany Tarczyński 30 g (GLU) Paszтет domowy 80 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Mandarynka 1 szt Serek naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 473,4 Białko ogółem [g] 98,1 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 99,8 Tłuszcz [g] 108,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,3 Sód [mg] 2 580,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek figa z makiem 80 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml Zupa ziemniaczana z pomidorami diet. 400 ml (SEL) Naleśnik z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Mus jogurtowo-truskawkowy 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kurczak gotowany Tarczyński 30 g (GLU) Paszтет domowy 80 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Mandarynka 1 szt Serek naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 527,5 Białko ogółem [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 293,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 100,8 Tłuszcz [g] 109,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,7 Sód [mg] 2 556,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,1
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Schab na kartki 30 g Twarożek naturalny 80 g (MLE) Herbata 1 szt Ogórek 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa ziemniaczana z pomidorami diet. 400 ml (SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/c 2 szt (JAJ, MLE) Mus jogurtowo-truskawkowy b/c 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Kompot owocowy (wiśnia+jabłko) b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Kurczak gotowany Tarczyński 30 g (GLU) Paszтет domowy 80 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Mandarynka 1 szt Serek naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,9 Białko ogółem [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 231,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53 Tłuszcz [g] 100,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Sód [mg] 2 621,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

2026-08-09 niedziela	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Schab pieczony na kanapki 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g Ryż 160 g Duet kalafior-brokul 80 g Surówka z marchewki i pomarańczy lekka 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g	Banan 1 szt Sok wieloowocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 507,2 Białko ogółem [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 325 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,1 Tłuszcz [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 063,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Schab pieczony na kanapki 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami diet. 400 ml (GLU, SEL) Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g Ryż 160 g Duet kalafior-brokul puree 80 g Surówka z marchewki i pomarańczy lekka 70 g (MLE) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Banan 1 szt Sok wieloowocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 500 Białko ogółem [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 330,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,2 Tłuszcz [g] 88,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Sód [mg] 2 032,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	LUXMED D03-Z ogr. węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Schab pieczony na kanapki 30 g Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml (MLE) Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g Ryż brązowy 160 g Duet kalafior-brokul 80 g Surówka z marchewki i pomarańczy b/c 70 g (JAJ, GOR) Kompot porzeczkowy b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g (GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata masłowa 30 g	Brzoskwinia św 1 szt Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,7 Białko ogółem [g] 106,6 Węglowodany ogółem [g] 264 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48 Tłuszcz [g] 96,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 380 Błonnik pokarmowy [g] 42,3

2026-08-10 poniedziałek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Polędwica z piersi indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet mielony pieczony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Buraczki zasmażane 80 g (GLU, MLE) Mizeria z jogurtem 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Papryka 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 70 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 872,2 Białko ogółem [g] 132 Węglowodany ogółem [g] 349,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,3 Tłuszcz [g] 111,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 3 213,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 40 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Polędwica z piersi indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet mielony pieczony 120 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 160 g (MLE) Buraczki zasmażane 80 g (GLU, MLE) Surówka z cukinii 70 g (MLE) Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem diet. 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 70 g Chleb pszenny 50 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 951 Białko ogółem [g] 134,6 Węglowodany ogółem [g] 364,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,5 Tłuszcz [g] 112,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Sód [mg] 3 126,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 70 g (GLU) Grahamka 1 szt Masło 82% 20 g (MLE) Szynka na kartki wieprzowa 30 g Polędwica z piersi indyka 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata masłowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet mielony pieczony 120 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 160 g (GLU) Mizeria z jogurtem 70 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana 80 g Kompot owocowy(wiśnia+truskawka+porzeczka) b/c 300 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 20 g (MLE) Szynkowa extra wieprzowa 30 g Sałatka z tuńczykiem i ryżem brązowym 150 g (JAJ, MLE, GOR) Herbata 1 szt Papryka 70 g Sałata masłowa 30 g	Pomarańcza 70 g Chleb razowy 65 g (GLU) Flora omega 3&6 10 g Sałata masłowa 15 g Ser biały 60 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 840,8 Białko ogółem [g] 133,8 Węglowodany ogółem [g] 352,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,9 Tłuszcz [g] 110 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Sód [mg] 3 214,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,4

Oznaczenia alergenów:

GLU	- Zboża zawierające glute,
SKR	- Skorupiaki i pochodne,
JAJ	- Jaja i pochodne,
RYB	- Ryby i pochodne,
OZI	- Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ	- Soja i pochodne,
MLE	- Mleko i pochodne,
ORZ	- Orzechy,
SEL	- Seler i pochodne,
GOR	- Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ	- Nasiona sezamu i pochodne,
S02	- Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB	- Łubin i produkty pochodne,
MCK	- Mięczaki i pochodne,