

|                     |                               | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6                                                                                                                                                | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                               | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Pn                                                                                                                                               | SUMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 2026-10-01 czwartek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Paszтет 80 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Rzodkiewka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Zupa dyniowo-marchewkowa krem diet. 400 g<br>Antrykot z piersi kurczaka z pieca 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Kalafior gotowany 80 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                                  | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Gruszka 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sałata karbowana 15 g<br>Flora omega 3&6 10 g<br>Ser żółty 30 g, Zawiera: <b>MLE</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 402,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 111,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 285,3</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56</b><br><b>Tłuszcz [g] 97,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54,7</b><br><b>Sód [mg] 3 106,1</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,1</b> |
|                     | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Paszтет 80 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                              | Zupa dyniowo-marchewkowa krem diet. 400 g<br>Antrykot z piersi kurczaka z pieca 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem 70 g<br>Kalafior puree 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                                     | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                           | Kiwi 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sałata karbowana 15 g<br>Flora omega 3&6 10 g<br>Szyńka wieprzowa 30 g                  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 437</b><br><b>Białko ogółem [g] 113,3</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 292,7</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 96,2</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,8</b><br><b>Sód [mg] 3 063,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 26,2</b> |
|                     | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Paszтет 80 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Rzodkiewka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                                                                                             | Zupa zacierkowa diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, SEL</b><br>Filet z kurczaka panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kasza bulgur 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kalafior gotowany 80 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                                                                             | Gruszka 1 szt<br>Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Ser żółty 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Sałata karbowana 15 g  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 114,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 296,6</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 90,8</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5</b><br><b>Sód [mg] 3 032,8</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 42</b> |

|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-02 piątek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kajzerka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: <b>JAJ</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Rosół z makaronem 400 ml, Zawiera: <b>GLU, JAJ, SEL</b><br>Mintaj panierowany z pieca 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, RYB</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Surówka z kapusty kiszonej 70 g<br>Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: <b>SEL</b><br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                 | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta z kurczaka z papryką 80 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Ogórek 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g | Śliwki 150 g<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Ser biały 60 g, Zawiera: <b>MLE</b>        | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 607,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 122,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 302,4</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 106,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8</b><br><b>Sód [mg] 2 696,3</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 29,1</b> |
|                   | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kajzerka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: <b>JAJ</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                           | Rosół z makaronem 400 ml, Zawiera: <b>GLU, JAJ, SEL</b><br>Mintaj panierowany z pieca 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, RYB</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: <b>SEL</b><br>Surówka z pomidorów z oliwkami z koperkiem 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta z kurczaka diet. 80 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g                                              | Arbuz plaster 150 g<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Ser biały 60 g, Zawiera: <b>MLE</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 621,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 128,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 304,3</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 103,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3</b><br><b>Sód [mg] 2 791,4</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</b> |
|                   | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: <b>JAJ</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                  | Rosół z makaronem 400 ml, Zawiera: <b>GLU, JAJ, SEL</b><br>Mintaj panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: <b>RYB</b><br>Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Surówka z kapusty kiszonej b/c 70 g<br>Pomidory zapiekane z koperkiem 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml      | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta z kurczaka z papryką 80 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Ogórek 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g                                                                                                             | Śliwki 150 g<br>Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Ser biały 60 g, Zawiera: <b>MLE</b>         | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 565,4</b><br><b>Białko ogółem [g] 123,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 315,1</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 98,2</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8</b><br><b>Sód [mg] 2 807,6</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 42,2</b>  |

|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-03 sobota | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g<br>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Rzodkiewka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Żurek diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g<br>Ryż 160 g<br>Marchewka w kostce gotowana 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Sałata masłowa z jogurtem 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Serek wiejski z twarożkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata lodowa 30 g | Mandarynka 1 szt<br>Sok wieloowocowy bez dodatku cukru 1 szt                  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 546,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 113,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 308,2</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 102,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4</b><br><b>Sód [mg] 2 124</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 24,9</b>   |
|                   | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g<br>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                              | Żurek diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g<br>Ryż 160 g<br>Marchewka w kostce gotowana 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Sałata masłowa z jogurtem 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Serek wiejski z twarożkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata lodowa 30 g                                           | Mandarynka 1 szt<br>Sok wieloowocowy bez dodatku cukru 1 szt                  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 620,5</b><br><b>Białko ogółem [g] 116,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 320</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 103,2</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7</b><br><b>Sód [mg] 2 140,5</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 19,5</b>   |
|                   | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g<br>Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                                                                                                 | Żurek diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Pałki z kurczaka pieczone w ziołach 150 g<br>Ryż basmati 160 g<br>Sałata masłowa z jogurtem 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Dynia pieczona z cukinią 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                      | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Serek wiejski z twarożkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata lodowa 30 g                                                                                                             | Mandarynka 1 szt<br>Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 122,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 246,5</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 37,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 110,2</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6</b><br><b>Sód [mg] 2 131,6</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 29,5</b> |

|                      |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-04 niedziela | LUXMED D01-podstawowa         | <p>Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Pyzdra szynkowa 30 g<br/> Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br/> Pomidor 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br/> Kotlet mielony pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ</b><br/> Ziemniaki z koperkiem 160 g<br/> Buraczki duszone 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br/> Surówka wielowarzywna lekka 70 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br/> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml</p>                | <p>Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Sałatka z tuńczykiem i ryżem diet. 150 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br/> Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Herbata 1 szt<br/> Cukier 5 g<br/> Rzodkiewka 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p> | <p>Nektarynka 1 szt<br/> Kefir szt 1 szt,<br/> Zawiera: <b>MLE</b></p> | <p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 464,2</b><br/> <b>Białko ogółem [g] 108,8</b><br/> <b>Węglowodany ogółem [g] 304,2</b><br/> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 67,2</b><br/> <b>Tłuszcz [g] 95,9</b><br/> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2</b><br/> <b>Sód [mg] 2 419,7</b><br/> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,4</b></p> |
|                      | LUXMED D02-Latwostrawna       | <p>Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Pyzdra szynkowa 30 g<br/> Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br/> Pomidor 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p>                                             | <p>Zupa koperkowa z makaronem diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br/> Kotlet mielony pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ</b><br/> Ziemniaki z koperkiem 160 g<br/> Buraczki duszone 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br/> Surówka wielowarzywna lekka 70 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br/> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml</p>          | <p>Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Sałatka z tuńczykiem i ryżem diet. 150 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br/> Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Herbata 1 szt<br/> Cukier 5 g<br/> Pomidor 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p>                                                | <p>Nektarynka 1 szt<br/> Kefir szt 1 szt,<br/> Zawiera: <b>MLE</b></p> | <p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 496,5</b><br/> <b>Białko ogółem [g] 111,6</b><br/> <b>Węglowodany ogółem [g] 316,6</b><br/> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 68,5</b><br/> <b>Tłuszcz [g] 91,7</b><br/> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5</b><br/> <b>Sód [mg] 2 440,7</b><br/> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,2</b></p> |
|                      | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | <p>Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Pyzdra szynkowa 30 g<br/> Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br/> Pomidor 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p>                                                                                                   | <p>Zupa koperkowa z makaronem 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br/> Kotlet mielony pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ</b><br/> Kasza bulgur 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Duet kalafior-brokul 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br/> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml</p> | <p>Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br/> Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br/> Sałatka z tuńczykiem i ryżem basmati 150 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br/> Herbata 1 szt<br/> Rzodkiewka 70 g<br/> Sałata karbowana 30 g</p>                                                                                                                 | <p>Nektarynka 1 szt<br/> Kefir szt 1 szt,<br/> Zawiera: <b>MLE</b></p> | <p><b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,6</b><br/> <b>Białko ogółem [g] 108,5</b><br/> <b>Węglowodany ogółem [g] 290,3</b><br/> <b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,4</b><br/> <b>Tłuszcz [g] 98</b><br/> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45</b><br/> <b>Sód [mg] 2 372,6</b><br/> <b>Błonnik pokarmowy [g] 36,8</b></p>     |

|                         |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-05 poniedziałek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka na kartki wieprzowa 30 g<br>Schab pieczony na kanapki 30 g<br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Udziec z indyka pieczony 100 g<br>Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Fasolka szparagowa gotowana 80 g<br>Mizeria z jogurtem 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml      | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynkowa extra wieprzowa 30 g<br>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Papryka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Jabłko 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 439</b><br><b>Białko ogółem [g] 111,1</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 326,8</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9</b><br><b>Sód [mg] 2 746,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 30</b>   |
|                         | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka na kartki wieprzowa 30 g<br>Schab pieczony na kanapki 30 g<br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Zupa pomidorowa z ryżem diet. 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Udziec z indyka pieczony 100 g<br>Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Fasolka szparagowa gotowana 80 g<br>Surówka z cukinii 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynkowa extra wieprzowa 30 g<br>Twarożek z ricottą i ziołami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                    | Jabłko 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 112,4</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 335</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 74,2</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35</b><br><b>Sód [mg] 2 766</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 27,7</b>     |
|                         | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka na kartki wieprzowa 30 g<br>Schab pieczony na kanapki 30 g<br>Herbata 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                                                    | Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Udziec z indyka pieczony 100 g<br>Kasza orkiszowa 160 g<br>Mizeria z jogurtem 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Fasolka szparagowa gotowana 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                                                                   | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynkowa extra wieprzowa 30 g<br>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Papryka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                                                                             | Jabłko 1 szt<br>Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b>  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380</b><br><b>Białko ogółem [g] 110,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 317,8</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2</b><br><b>Sód [mg] 2 708,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 40,6</b> |

|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-06 wtorek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka tostowa z kurczaka 30 g<br>Jajko z majonezem i szczypiorkiem 1 szt, Zawiera: <b>JAJ, GOR</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Rzodkiewka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Barszcz czerwony 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Bitka wieprzowa z szynki z pieca 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sos warzywny 60 g<br>Kasza gryczana 160 g<br>surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kalafior gotowany 80 g<br>Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml                                 | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Sałata lodowa 30 g<br>Pomidor 70 g | Brzoskwinia św 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Wieprzowina z zapiecka 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 526,6</b><br><b>Białko ogółem [g] 107,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 305</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 105,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41</b><br><b>Sód [mg] 2 802,8</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 29,9</b>   |
|                   | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka tostowa z kurczaka 30 g<br>Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <b>JAJ, MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                   | Barszcz czerwony diet. 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Bitka wieprzowa z szynki z pieca 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sos warzywny diet. 60 g<br>surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kalafior puree 80 g<br>Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata lodowa 30 g                                           | Brzoskwinia św 1 szt<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Wieprzowina z zapiecka 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,1</b><br><b>Białko ogółem [g] 106,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 318</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 60,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 89,9</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9</b><br><b>Sód [mg] 2 790,6</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 24,7</b>  |
|                   | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka tostowa z kurczaka 30 g<br>Jajko z majonezem i szczypiorkiem 1 szt, Zawiera: <b>JAJ, GOR</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Rzodkiewka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                                                               | Barszcz czerwony 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Bitka wieprzowa z szynki z pieca 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kasza gryczana 160 g<br>Sos warzywny 60 g<br>surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kalafior gotowany 80 g<br>Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml                                 | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata lodowa 30 g                                                                                                             | Brzoskwinia św 1 szt<br>Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Wieprzowina z zapiecka 30 g  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 104,4</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 285,4</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55</b><br><b>Tłuszcz [g] 104,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5</b><br><b>Sód [mg] 2 832,2</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 40,9</b> |

|                  |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-07 środa | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Ser żółty 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Sos boloński z indyka 180 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Makaron penne 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Brokuł gotowany 80 g<br>Surówka z dyni i marchewki 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                        | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <b>JAJ, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidorki koktajlowe 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Jabłko 1 szt<br>Drożdżówka 1 szt                                          | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588,5</b><br><b>Białko ogółem [g] 103,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 339,4</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 72,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 98,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6</b><br><b>Sód [mg] 2 794,4</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,5</b> |
|                  | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                          | Zupa krem z białych warzyw z jogurtem diet. 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Sos boloński z indyka 180 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Makaron penne 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Brokuł puree 80 g<br>Surówka z dyni i marchewki 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml              | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidorki koktajlowe 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                         | Jabłko 1 szt<br>Drożdżówka 1 szt                                          | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,7</b><br><b>Białko ogółem [g] 111,9</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 352,6</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 78</b><br><b>Tłuszcz [g] 82,9</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5</b><br><b>Sód [mg] 2 833,4</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 30</b>     |
|                  | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Ser żółty 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                                                                                             | Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Sos boloński z indyka 180 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Makaron spaghetti pełnoziarnisty 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Brokuł gotowany 80 g<br>Surówka z dyni i marchewki b/c 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka wieprzowa 30 g<br>Sałatka jarzynowa 150 g, Zawiera: <b>JAJ, GOR</b><br>Herbata 1 szt<br>Pomidorki koktajlowe 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                                                                             | Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b><br>Jabłko 1 szt | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281</b><br><b>Białko ogółem [g] 102,1</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 258,7</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 50,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 101,6</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2</b><br><b>Sód [mg] 2 795</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 37,2</b>    |

|                     |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-08 czwartek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kajzerka 1 szt,<br>Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g,<br>Zawiera: <b>MLE</b><br>Wieprzowina z zapiecka 30 g<br>Twarożek figa z makiem 80 g,<br>Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml,<br>Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g  | Zupa kapuśniak 400 ml, Zawiera: <b>SEL</b><br>Schab pieczony ze śliwką 120 g<br>Sos chrzanowy 60 g,<br>Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Kasza pęczak 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Surówka z buraczka z jabłkiem 70 g<br>Dynia pieczona z cukinią 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                 | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 50 g<br>Ogórek kiszony 50 g | Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Pasta jajeczna z koperkiem 40 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Nektarynka 1 szt | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 581,3<br><b>Białko ogółem [g]</b> 108,1<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 307,2<br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 66,2<br><b>Tłuszcz [g]</b> 107,8<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 46,7<br><b>Sód [mg]</b> 2 716,8<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,4 |
|                     | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Kajzerka 1 szt,<br>Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g,<br>Zawiera: <b>MLE</b><br>Wieprzowina z zapiecka 30 g<br>Twarożek figa z makiem 80 g,<br>Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml,<br>Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Zupa szpinakowa diet. 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Schab pieczony ze śliwką 120 g<br>Kasza bulgur 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Dynia pieczona z cukinią 80 g<br>Surówka z buraczka z jabłkiem 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                         | Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Pasta jajeczna z koperkiem 40 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Nektarynka 1 szt | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 550,4<br><b>Białko ogółem [g]</b> 110,8<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 317,5<br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 66,4<br><b>Tłuszcz [g]</b> 98,4<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 44<br><b>Sód [mg]</b> 2 403,7<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,8    |
|                     | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt,<br>Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Wieprzowina z zapiecka 30 g<br>Twarożek z koperkiem 80 g,<br>Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml,<br>Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g              | Zupa kapuśniak 400 ml, Zawiera: <b>SEL</b><br>Schab pieczony ze śliwką 120 g<br>Kasza pęczak 160 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Dynia pieczona z cukinią 80 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                                                         | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ</b><br>Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                                                                           | Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Flora omega 3&6 10 g<br>Sałata karbowana 15 g<br>Pasta jajeczna z koperkiem 40 g, Zawiera: <b>JAJ, MLE, GOR</b><br>Nektarynka 1 szt  | <b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 417<br><b>Białko ogółem [g]</b> 112,9<br><b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,2<br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g]</b> 49,7<br><b>Tłuszcz [g]</b> 97<br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 38,8<br><b>Sód [mg]</b> 2 677,3<br><b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,7      |

|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-09 piątek | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Twarożek z oliwkami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Papryka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b> | Krupnik diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, SEL</b><br>Pierogi z serem na słodko 260 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Mus jogurtowo-truskawkowy 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                             | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Rzodkiewka 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g | Arbuz plaster 150 g<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sałata karbowana 15 g<br>Flora omega 3&6 10 g<br>Szynka na kartki wieprzowa 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 611</b><br><b>Białko ogółem [g] 124,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 374,1</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 85,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 84,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2</b><br><b>Sód [mg] 2 410</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,7</b>     |
|                   | LUXMED D02-Latwostrawna       | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Twarożek z oliwkami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                           | Krupnik diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, SEL</b><br>Pierogi z serem na słodko 260 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Mus jogurtowo-truskawkowy 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                             | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Pomidor 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g                                              | Arbuz plaster 150 g<br>Chleb pszenny 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sałata karbowana 15 g<br>Flora omega 3&6 10 g<br>Szynka na kartki wieprzowa 30 g | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 675,9</b><br><b>Białko ogółem [g] 126,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 384,1</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 84,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 84,8</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6</b><br><b>Sód [mg] 2 429,8</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 26,8</b> |
|                   | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Polędwica z piersi indyka 30 g<br>Twarożek z oliwkami 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Papryka 70 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <b>MLE</b>                                                                                                             | Krupnik diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, SEL</b><br>Naleśniki pełnoziarniste dietetyczne z serem b/c. 2 szt, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b><br>Mus jogurtowo-truskawkowy b/c 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Jabłko pieczone 1 szt<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Szynka piastowska 30 g, Zawiera: <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b><br>Pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Herbata 1 szt<br>Rzodkiewka 70 g<br>Kapusta pekińska 30 g                                                                                                             | Śliwki 150 g<br>Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Sałata karbowana 15 g<br>Flora omega 3&6 10 g<br>Ser żółty 30 g                          | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390,5</b><br><b>Białko ogółem [g] 119</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 320,1</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 86,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33</b><br><b>Sód [mg] 2 467</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 43,7</b>       |

|                   |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-10-10 sobota | LUXMED D01-podstawowa         | Chleb pszenno-żytni 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g | Zupa ogórkowa 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Kotlet rybny pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, RYB</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Marchewka z groszkiem 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Surówka z kapusty pekińskiej 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml             | Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Chleb razowy 40 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kielbasa zielonogórska 30 g<br>Sałatka hawajska lekka 150 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Pomidor 70 g | Kiwi 1 szt<br>Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,3</b><br><b>Białko ogółem [g] 102</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 343,6</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 92,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7</b><br><b>Sód [mg] 2 863,6</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,3</b> |
|                   | LUXMED D02-Latwostrawna       | Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Pomidor 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                             | Zupa z cukinii diet. 400 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE, SEL</b><br>Kotlet rybny pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, RYB</b><br>Ziemniaki z koperkiem 160 g<br>Marchewka z groszkiem 80 g, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Surówka z kapusty pekińskiej 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kielbasa zielonogórska 30 g<br>Sałatka hawajska lekka 150 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Herbata 1 szt<br>Cukier 5 g<br>Sałata karbowana 30 g<br>Pomidor 70 g                                           | Kiwi 1 szt<br>Ciasto drożdżowe 80 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b> | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 489,8</b><br><b>Białko ogółem [g] 102,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 338,8</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 85,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38</b><br><b>Sód [mg] 2 500,4</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 27,5</b> |
|                   | LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów | Chleb razowy 70 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Grahamka 1 szt, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Schab na kartki 30 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Ser biały 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: <b>GLU, MLE</b><br>Ogórek 70 g<br>Sałata karbowana 30 g                                                  | Zupa ogórkowa 400 ml, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Kotlet rybny pieczony 120 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, RYB</b><br>Kasza orkiszowa 160 g<br>Szpinak z jogurtem diet. 80 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g<br>Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml                 | Chleb razowy 100 g, Zawiera: <b>GLU</b><br>Masło 82% 20 g, Zawiera: <b>MLE</b><br>Kielbasa zielonogórska 30 g<br>Sałatka hawajska lekka b/c 150 g, Zawiera: <b>MLE, SEL</b><br>Herbata 1 szt<br>Sałata karbowana 30 g<br>Pomidor 70 g                                                                                                         | Kiwi 1 szt<br>Ciastka owsiane 50 g, Zawiera: <b>GLU, JAJ, MLE</b>  | <b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,2</b><br><b>Białko ogółem [g] 98,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 315,4</b><br><b>suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 101</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3</b><br><b>Sód [mg] 2 537,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 37,8</b> |

### **Oznaczenia alergenów:**

|     |                                 |
|-----|---------------------------------|
| GLU | - Zboża zawierające gluten,     |
| 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,          |