

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-21 środa	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Chleb razowy 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z zalewy 30 g Twarożek z ricottą i ziołami 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa jarzynowa 400 ml, Zawiera: <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Lasagne z mięsem 300 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Marchewka w kostce gotowana 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Surówka coleslaw b/c 70 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Chleb razowy 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Ser biały 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa wieprzowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Jabłko 1 szt Chąłka drożdżowa 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 526,5 Białko ogółem [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 316,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 69,4 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Sód [mg] 2 291,5 Błonnik pokarmowy [g] 31
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z zalewy 30 g Twarożek z ricottą i ziołami 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa jarzynowa diet. krem 400 ml, Zawiera: <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Lasagne z mięsem 300 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Marchewka w kostce gotowana 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> Sałata masłowa z jogurtem 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Ser biały 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa wieprzowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Jabłko 1 szt Chąłka drożdżowa 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,2 Białko ogółem [g] 110,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 67,8 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Sód [mg] 2 197,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> Grahamka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Twarożek z ricottą i ziołami 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z zalewy 30 g Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa jarzynowa 400 ml, Zawiera: <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Sos boloński wieprzowy diet. 180 g, Zawiera: <u>GLU</u> Makaron spaghetti pełnoziarnisty 160 g, Zawiera: <u>GLU</u> Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Surówka coleslaw b/c 70 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło 82% 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka wieprzowa 30 g Ser biały 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata 1 szt Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Jabłko 1 szt Ciastka owsiane 0% cukru 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,8 Białko ogółem [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 307,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,6 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Sód [mg] 2 698,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,7

2026-10-22 czwartek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa ziemniaczano-porowa krem 400 ml, Zawiera: SEL Karkówka pieczona 100 g Sos bazyliowy 60 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Kopytka 160 g, Zawiera: GLU, JAJ Brokuł gotowany 80 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: SEZ Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Ogórek kiszony 70 g	Śliwki 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 531,6 Białko ogółem [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 306,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,9 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Sód [mg] 2 732 Błonnik pokarmowy [g] 36
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa ziemniaczana z cukinią lekka 400 ml, Zawiera: MLE Bitka wieprzowa z szynki z pieca diet. 100 g Sos bazyliowy 60 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Kopytka 160 g, Zawiera: GLU, JAJ Brokuł puree 80 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: SEZ Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Kiwi 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600,6 Białko ogółem [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 322,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,3 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Sód [mg] 2 461,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa ziemniaczano-porowa krem 400 ml, Zawiera: SEL Bitka wieprzowa z szynki z pieca diet. 100 g Ryż basmati 160 g Brokuł gotowany 80 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: SEZ Herbata 1 szt Sałata karbowana 30 g Ogórek kiszony 70 g	Śliwki 150 g Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka na kartki wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379,1 Białko ogółem [g] 101,8 Węglowodany ogółem [g] 292,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,6 Tłuszcz [g] 98,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Sód [mg] 2 715,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,4

2026-10-23 piątek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g, Zawiera: JAJ, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Barszcz czerwony 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Mintaj panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: RYB Sos paprykowy 60 g Ziemniaki z koperkiem 160 g Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: SEL Surówka z kapusty kiszanej b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g, Zawiera: MLE Filet maślany z indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g	Gruszka 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Paszтет wieprzowy 60 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE, SEL	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 464,9 Białko ogółem [g] 106,7 Węglowodany ogółem [g] 290 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,7 Tłuszcz [g] 104,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Sód [mg] 2 993,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Barszcz czerwony diet. 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Mintaj panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: RYB Sos pietruszkowy 60 ml, Zawiera: GLU, MLE Ziemniaki z koperkiem 160 g Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: SEL Surówka z cukinii b/c 70 g, Zawiera: MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Twarożek z koperkiem 80 g, Zawiera: MLE Filet maślany z indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Banan 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Paszтет wieprzowy 60 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE, SEL	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,4 Białko ogółem [g] 112,7 Węglowodany ogółem [g] 339,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,6 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Sód [mg] 2 801,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g, Zawiera: JAJ, GOR Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Barszcz czerwony 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Mintaj panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: RYB Sos paprykowy 60 g Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: GLU Szpinak z jogurtem diet. 80 g, Zawiera: MLE Surówka z kapusty kiszanej b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g, Zawiera: MLE Filet maślany z indyka 30 g Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g	Gruszka 1 szt Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Paszтет wieprzowy 60 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE, SEL	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399,4 Białko ogółem [g] 105,2 Węglowodany ogółem [g] 279,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,1 Tłuszcz [g] 104,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Sód [mg] 2 966,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,1

2026-10-24 sobota	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: GLU Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z kurczaka pieczony w pomarańczy 100 g Kasza bulgur 160 g, Zawiera: GLU Duet kalafior-brokul 80 g, Zawiera: MLE surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: MLE Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Ser żółty 30 g, Zawiera: MLE Sałatka z kurczakiem wędzonym diet. 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Jabłko 1 szt Mus malinowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,3 Białko ogółem [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 315,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 82,4 Tłuszcz [g] 92,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,3 Sód [mg] 2 366,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: GLU Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami diet. 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z kurczaka pieczony w pomarańczy 100 g Kasza bulgur 160 g, Zawiera: GLU Duet kalafior-brokul puree 80 g, Zawiera: MLE surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: MLE Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Kielbasa zielonogórska 30 g Sałatka z kurczakiem wędzonym diet. 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Jabłko 1 szt Mus malinowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 412,9 Białko ogółem [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 328 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 81,5 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Sód [mg] 2 467,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska sucha extra 30 g, Zawiera: GLU Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z kurczaka pieczony w pomarańczy b/c 100 g Kasza bulgur 160 g, Zawiera: GLU Duet kalafior-brokul 80 g, Zawiera: MLE surówka z pomidora i sałaty mix 70 g, Zawiera: MLE Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Ser żółty 30 g, Zawiera: MLE Sałatka z kurczakiem wędzonym z ryżem basmati 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Jabłko 1 szt Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,1 Białko ogółem [g] 110,3 Węglowodany ogółem [g] 266,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,9 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,1 Sód [mg] 2 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,7

2026-10-25 niedziela	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Jajko z majonezem i szczypiorkiem 1 szt, Zawiera: JAJ, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa pomidorowo-dyniowa krem 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Gołąbki z kapustą włoską 150 g, Zawiera: JAJ Ziemniaki z koperkiem 160 g Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 70 g Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml Sos warzywny diet. 60 g	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab pieczony na kanapki 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek homogenizowany waniliowy 1 szt, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 491,2 Białko ogółem [g] 113,2 Węglowodany ogółem [g] 272,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 80 Tłuszcz [g] 112,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,7 Sód [mg] 2 365,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: JAJ, MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa pomidorowo-dyniowa krem diet. 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Pulpet wieprzowy z ryżem 120 g, Zawiera: JAJ Sos warzywny diet. 60 g Ziemniaki z koperkiem 160 g Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 70 g Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab pieczony na kanapki 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek homogenizowany waniliowy 1 szt, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,6 Białko ogółem [g] 116 Węglowodany ogółem [g] 281,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 79,6 Tłuszcz [g] 95,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5 Sód [mg] 2 705 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata lodowa 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa pomidorowo-dyniowa krem 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Gołąbki z kapustą włoską 150 g, Zawiera: JAJ Sos warzywny diet. 60 g Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: GLU Fasolka szparagowa gotowana 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 70 g Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab pieczony na kanapki 30 g Twarożek z grilowanym bakłażanem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Pomarańcza 1 szt Serek wiejski 1 szt, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,5 Białko ogółem [g] 108,3 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 56,9 Tłuszcz [g] 104,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,2 Sód [mg] 2 819,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

2026-10-26 poniedziałek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Grahamka 1 szt, Zawiera: GLU Chleb razowy 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka na kartki wieprzowa 30 g Serek homogenizowany naturalny 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa zacierkowa 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos morelowy 60 g, Zawiera: MLE Kasza kuskus 160 g, Zawiera: GLU Marchewka mini gotowana 80 g Mizeria z jogurtem 70 g, Zawiera: MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa drobiowa 30 g Serek wiejski z twarogiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka z zalewy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 559,3 Białko ogółem [g] 115,3 Węglowodany ogółem [g] 356,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,5 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Sód [mg] 2 762 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: GLU Grahamka 1 szt, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka na kartki wieprzowa 30 g Serek homogenizowany naturalny 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa zacierkowa diet. 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos morelowy 60 g, Zawiera: MLE Kasza kuskus 160 g, Zawiera: GLU Marchewka mini gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka 70 g, Zawiera: MLE, SEL Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa drobiowa 30 g Serek wiejski z twarogiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka z zalewy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,5 Białko ogółem [g] 114,6 Węglowodany ogółem [g] 381,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Sód [mg] 2 826,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Grahamka 1 szt, Zawiera: GLU Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka na kartki wieprzowa 30 g Serek homogenizowany naturalny 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Papryka 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa zacierkowa 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Schab pieczony ze śliwką 100 g Kasza gryczana 160 g Mizeria z jogurtem 70 g, Zawiera: MLE Cukinia pieczona z bakłażanem 80 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa drobiowa 30 g Serek wiejski z twarogiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Sałata karbowana 30 g Pomidor 70 g	Jabłko 1 szt Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Szynka z zalewy 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,2 Białko ogółem [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 323,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 55,7 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Sód [mg] 2 683,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,6

2026-10-27 wtorek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g, Zawiera: JAJ, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Pieczeń rzymska 120 g, Zawiera: GLU, JAJ Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki z koperkiem 160 g Surówka z białej kapusty b/c 70 g Buraczki duszone 80 g, Zawiera: GLU, MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Śliwki 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Sałata karbowana 30 g Flora omega 3&6 10 g Szynka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 681,7 Białko ogółem [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 325,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 64,6 Tłuszcz [g] 115,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5 Sód [mg] 3 033,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa kalafiorowa diet. krem 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Pieczeń rzymska 120 g, Zawiera: GLU, JAJ Ziemniaki z koperkiem 160 g Surówka z selera i marchewki b/c 70 g, Zawiera: MLE, SEL Buraczki duszone 80 g, Zawiera: GLU, MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml Sos pietruszkowy 60 ml, Zawiera: GLU, MLE	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Jabłko 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Sałata karbowana 30 g Flora omega 3&6 10 g Szynka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,2 Białko ogółem [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 327,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 70,2 Tłuszcz [g] 98,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sód [mg] 2 883,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	LUXMED D03-Z ogr. węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa z kurczaka 30 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g, Zawiera: JAJ, GOR Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa kalafiorowa diet. krem 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Pieczeń rzymska 120 g, Zawiera: GLU, JAJ Kasza orkiszowa 160 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g, Zawiera: MLE, SEL Surówka z białej kapusty b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Śliwki 150 g Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Sałata karbowana 30 g Flora omega 3&6 10 g Szynka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408 Białko ogółem [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,7 Tłuszcz [g] 102,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Sód [mg] 2 817,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,1

2026-10-28 środa	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Ogórek 70 g Sałata karbowana 30 g	Krupnik 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Sznycel z piersi kurczaka z pieca 120 g, Zawiera: GLU, JAJ Ziemniaki z koperkiem 160 g Dynia pieczona 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa 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	Gruszka 1 szt Ciastka pełnoziarniste b/c 50 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 499,3 Białko ogółem [g] 103,8 Węglowodany ogółem [g] 322,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 53,9 Tłuszcz [g] 98,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Sód [mg] 2 482,9 Błonnik pokarmowy [g] 38
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Twarożek z ricottą i ziołami 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Krupnik diet. 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Sznycel z piersi kurczaka z pieca 120 g, Zawiera: GLU, JAJ Ziemniaki z koperkiem 160 g Dynia pieczona 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa drobiowa 30 g Filet maślany z indyka 30 g Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g	Mandarynka 1 szt Ciastka pełnoziarniste b/c 50 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 425,7 Białko ogółem [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 322,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,8 Tłuszcz [g] 92,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Sód [mg] 2 722,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Krakowska wieprzowa Kaziuk 30 g, Zawiera: GLU Twarożek z suszonymi pomidorami 80 g, Zawiera: MLE Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Ogórek 70 g Sałata karbowana 30 g	Krupnik 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Pałki z kurczaka pieczone 180 g Ryż basmati 160 g Brokuł gotowany 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynkowa drobiowa 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Herbata 1 szt Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata lodowa 30 g	Gruszka 1 szt Serek homogenizowany naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,7 Białko ogółem [g] 111,7 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,8 Tłuszcz [g] 99,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 Sód [mg] 2 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,2

2026-10-29 czwartek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa szpinakowa 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Leczo z mięsem 200 g Makaron kokardki 160 g Kalafior gotowany 80 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g, Zawiera: SEL Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: GLU, SOJ Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Kiwi 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Sałata karbowana 15 g Flora omega 3&6 10 g Ser żółty 30 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] 2 547,1 Białko ogółem [g] 118,1 Węglowodany ogółem [g] 303,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Sód [mg] 2 796,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa szpinakowa diet. 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Leczo z mięsem diet. 200 g Makaron kokardki 160 g Surówka wielowarzywna lekka b/c 70 g, Zawiera: MLE, SEL Kalafior puree 80 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: GLU, SOJ Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Kiwi 1 szt Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Sałata karbowana 15 g Flora omega 3&6 10 g Szyńka wieprzowa 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 572,4 Białko ogółem [g] 125 Węglowodany ogółem [g] 318,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,4 Tłuszcz [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Sód [mg] 2 702,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Wieprzowina z zapiecka 30 g Ser biały 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa szpinakowa 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Leczo z mięsem 200 g Makaron razowy 160 g, Zawiera: GLU Surówka wielowarzywna b/c 70 g, Zawiera: SEL Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka z piersi kurczaka 30 g, Zawiera: GLU, SOJ Ser mozzarella mini 50 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Kiwi 1 szt Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Ser żółty 30 g, Zawiera: MLE Sałata karbowana 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 399,4 Białko ogółem [g] 111,6 Węglowodany ogółem [g] 277 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 39 Tłuszcz [g] 101,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Sód [mg] 2 811,4 Błonnik pokarmowy [g] 38

2026-10-30 piątek	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 30 g, Zawiera: GLU Kajzerka 1 szt, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: JAJ Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa ogórkowa 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Mintaj panierowany z pieca 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, RYB Ziemniaki z koperkiem 160 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: SEL Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet. 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Ser biały 60 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,7 Białko ogółem [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,1 Tłuszcz [g] 103,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 Sód [mg] 2 910,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Kajzerka 1 szt, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: JAJ Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa dyniowo-marchewkowa krem diet. 400 g Mintaj panierowany z pieca 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, RYB Ziemniaki z koperkiem 160 g Jarzynka grecka 80 g, Zawiera: SEL Surówka z pomidorów z oliwkami z koperkiem 70 g Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet. 150 g, Zawiera: JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Kapusta pekińska 30 g	Arbuz plaster 150 g Chleb pszenny 50 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Ser biały 60 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 461,2 Białko ogółem [g] 105,5 Węglowodany ogółem [g] 301,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,1 Tłuszcz [g] 98,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,2 Sód [mg] 2 730,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 70 g, Zawiera: GLU Grahamka 1 szt, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Polędwica z piersi indyka 30 g Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: JAJ Kawa zbożowa inka na mleku b/c 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g	Zupa ogórkowa 400 ml, Zawiera: MLE, SEL Mintaj panierowany w mące z pieca 100 g, Zawiera: RYB Kasza bulgur 160 g, Zawiera: GLU Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Pomidory zapiekane z koperkiem 80 g Kompot wielowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szyńka piastowska 30 g, Zawiera: GLU, SOJ, SEL, GOR Sałatka makaronowa z szynką i jajkiem diet (makaron razowy) 150 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE, GOR Herbata 1 szt Papryka 70 g Kapusta pekińska 30 g	Śliwki 150 g Chleb razowy 65 g, Zawiera: GLU Flora omega 3&6 10 g Sałata karbowana 15 g Ser biały 60 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484 Białko ogółem [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 316,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51 Tłuszcz [g] 97,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Sód [mg] 3 008,8 Błonnik pokarmowy [g] 43

2026-10-31 sobota	LUXMED D01-podstawowa	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab na kartki 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Rzodkiewka 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Żurek 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z indyka pieczony 100 g Sos z pomidorów pelati 60 ml Kasza jaglana 160 g Ratatouille lekkie 80 g, Zawiera: GLU Surówka z pietruszki i jabłka b/c 70 g, Zawiera: MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: GLU Chleb razowy 40 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Pasta z fileta z warzywami 80 g, Zawiera: JAJ, SEL, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Jabłko 1 szt Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,6 Białko ogółem [g] 114,3 Węglowodany ogółem [g] 281,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,5 Tłuszcz [g] 109,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Sód [mg] 2 911,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	LUXMED D02-Latwostrawna	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab na kartki 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Żurek diet. 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z indyka pieczony 100 g Kasza jaglana 160 g Sos z pomidorów pelati 60 ml Ratatouille lekkie 80 g, Zawiera: GLU Surówka z pietruszki i jabłka b/c 70 g, Zawiera: MLE Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Pasta z fileta z warzywami diet. 80 g, Zawiera: JAJ, MLE, SEL, GOR Herbata 1 szt Cukier 5 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Jabłko 1 szt Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,7 Białko ogółem [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 295,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 59,2 Tłuszcz [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Sód [mg] 2 900,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	LUXMED D03-Z ogr.węglowodanów	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Schab na kartki 30 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 80 g, Zawiera: MLE Herbata 1 szt Ogórek 70 g Sałata karbowana 30 g Jogurt naturalny 1 szt, Zawiera: MLE	Żurek 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Udziec z indyka pieczony 100 g Sos z pomidorów pelati 60 ml Ryż basmati 160 g Surówka z pietruszki i jabłka b/c 70 g, Zawiera: MLE Ratatouille lekkie 80 g, Zawiera: GLU Kompot wieloowocowy bez cukru 300 ml	Chleb razowy 100 g, Zawiera: GLU Masło 82% 20 g, Zawiera: MLE Szynka wieprzowa 30 g Pasta z fileta z warzywami 80 g, Zawiera: JAJ, SEL, GOR Herbata 1 szt Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g	Jabłko 1 szt Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,3 Białko ogółem [g] 110,5 Węglowodany ogółem [g] 261,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 49,1 Tłuszcz [g] 106,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Sód [mg] 2 884,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,2

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,