

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-03-30 poniedziałek	Rehabilit. Podstawa Poddebice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 20 g Szynka bartenka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) salata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 200 ml		ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2158,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 68,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,6 <b>Sól [g]</b> 5 <b>Sacharoza [g]</b> 20,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,4 <b>Sód [mg]</b> 2 195,5
	Zoll Podstawa Poddebice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 20 g Szynka bartenka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) salata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 200 ml		ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2158,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 68,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,6 <b>Sól [g]</b> 5 <b>Sacharoza [g]</b> 20,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 43,4 <b>Sód [mg]</b> 2 195,5
	Rehabilit. Cukrzyca Poddebice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) Szynka bartenka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) salata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <b>SELER, GLUTEN, JAJA</b> ) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g ( <b>SELER</b> ) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 200 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1909,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 83,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 240,7 <b>Sól [g]</b> 5,7 <b>Sacharoza [g]</b> 14,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37,5 <b>Sód [mg]</b> 2 351,4

2026-03-30 poniedziałek	Zoll Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) Szynka bartenka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <b>SELER</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g ( <b>SELER</b> ) Surówka z białej kapusty 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 200 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 909,8</b> Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 240,7 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 14,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Sód [mg] 2 351,4
2026-03-31 wtorek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) połędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 60 g ( <b>JAJA, RYBY, MLEKO</b> ) połędwica 'Ani' 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 039,8</b> Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 2 613,8
2026-03-31 wtorek	Zoll Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) połędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 60 g ( <b>JAJA, RYBY, MLEKO</b> ) połędwica 'Ani' 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 039,8</b> Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 2 613,8

2026-03-31 wtorek	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) połędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ryż brązowy 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	parówka studencka 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) połędwica 'Ani' 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 092,9</b> Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 274 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Sód [mg] 2 162,4
	Zoll Cukrzyca Poddębice	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) połędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ryż brązowy 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	parówka studencka 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) połędwica 'Ani' 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 092,9</b> Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 274 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Sód [mg] 2 162,4
2026-04-01 sroda	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) mięso z żeberka w galarecie 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) pomidor 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) paprykarz szczeciński 30 g ( <b>RYBY, SELER</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 062,1</b> Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 264,1 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 11,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Sód [mg] 1 969,8

2026-04-01 środa	Zoll Podstawa Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) mięso z żeberka w galarecie 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) pomidor 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		poledwica sopocka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) papykarz szczeciński 30 g ( <b>RYBY, SELER</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2062,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 76,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,1 <b>Sól [g]</b> 4,8 <b>Sacharoza [g]</b> 11,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,1 <b>Sód [mg]</b> 1 969,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) mięso z żeberka w galarecie 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) pomidor 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym 130 g ( <b>SELER</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) poledwica sopocka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2173,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,4 <b>Sól [g]</b> 5,1 <b>Sacharoza [g]</b> 11,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,5 <b>Sód [mg]</b> 2 100,7
	Zoll Cukrzyca Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) mięso z żeberka w galarecie 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym 130 g ( <b>SELER</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) poledwica sopocka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2173,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 275,4 <b>Sól [g]</b> 5,1 <b>Sacharoza [g]</b> 11,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 34,5 <b>Sód [mg]</b> 2 100,7
2026-04-02 czwartek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek zielony 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml ( <b>SELER</b> ) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g makaron świderki 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		blok drobiowy 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) Herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2036,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 79,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 274,8 <b>Sól [g]</b> 4,7 <b>Sacharoza [g]</b> 8,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 29,3 <b>Sód [mg]</b> 1 885,5

2026-04-02 czwartek	Zoll Podstawa Poddębice	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml ( <b>SELER</b> ) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g makaron świderk 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		blok drobiowy 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 036,8</b> <b>Białko ogółem [g] 79,4</b> <b>Tłuszcz [g] 73,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 274,8</b> <b>Sól [g] 4,7</b> <b>Sacharoza [g] 8,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3</b> <b>Sód [mg] 1 885,5</b>
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek zielony 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g makaron świderk 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Jabłko 120 g	blok drobiowy 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 008,9</b> <b>Białko ogółem [g] 84</b> <b>Tłuszcz [g] 74,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 263,1</b> <b>Sól [g] 5,3</b> <b>Sacharoza [g] 7,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4</b> <b>Sód [mg] 2 083,7</b>
	Zoll Cukrzyca Poddębice	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g makaron świderk 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Jabłko 120 g	blok drobiowy 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 008,9</b> <b>Białko ogółem [g] 84</b> <b>Tłuszcz [g] 74,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 263,1</b> <b>Sól [g] 5,3</b> <b>Sacharoza [g] 7,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4</b> <b>Sód [mg] 2 083,7</b>
2026-04-03 piątek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany smażony 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		ser biały krajanka (MLEKO) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 047,3</b> <b>Białko ogółem [g] 67</b> <b>Tłuszcz [g] 90,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 253,1</b> <b>Sól [g] 4,6</b> <b>Sacharoza [g] 12,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3</b> <b>Sód [mg] 1 855,4</b>

2026-04-03 piątek	Zoll Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJA</b> ) marmolada owocowa 30 g sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) ( <b>GLUTEN</b> ) 130 g herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Filet z miruny panierowany smażony 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (1) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 097,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 68,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 90,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 264,3 <b>Sól [g]</b> 4,8 <b>Sacharoza [g]</b> 13,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,5 <b>Sód [mg]</b> 1 933,6
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) pasta z jajka z koperkiem 70 g ( <b>JAJA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	Jabłko 120 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY, SELER</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 183,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 85,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 101,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 247,9 <b>Sól [g]</b> 5,3 <b>Sacharoza [g]</b> 10,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37 <b>Sód [mg]</b> 2 104,7
	Zoll Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) pasta z jajka z koperkiem 70 g ( <b>JAJA</b> ) sałata liść (20g) 1 Por masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	Jabłko 120 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY, SELER</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	ser żółty (1) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 183,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 85,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 101,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 247,9 <b>Sól [g]</b> 5,3 <b>Sacharoza [g]</b> 10,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37 <b>Sód [mg]</b> 2 104,7
2026-04-04 sobota	Rehabilit. Podstawa Poddębice	sałata liść (20g) 1 Por Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) połędwica 'Ani' 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECZY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) papryka świeża 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1 601 <b>Białko ogółem [g]</b> 53,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 57 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 228,2 <b>Sól [g]</b> 4,3 <b>Sacharoza [g]</b> 9,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 18,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,1 <b>Sód [mg]</b> 1 833

2026-04-04 sobota	Zoll Podstawa Poddejbice	salata liść (20g) 1 Por Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) połędwica 'Ani' 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) salata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) papryka świeża 50 g masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1 297,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 46,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 160,6 <b>Sól [g]</b> 3,1 <b>Sacharoza [g]</b> 7,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 13,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,8 <b>Sód [mg]</b> 1 363,8
	Rehabilit. Cukrzyca Poddejbice	salata liść (20g) 1 Por Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) połędwica 'Ani' 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) salata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1 szt. 180 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) mus truskawkowy 100 g jogurt naturalny 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	wafle ryżowe 30 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1 731,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 62,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 59 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,2 <b>Sól [g]</b> 4,5 <b>Sacharoza [g]</b> 16,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,6 <b>Sód [mg]</b> 1 955,9
	Zoll Cukrzyca Poddejbice	salata liść (20g) 1 Por Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) połędwica 'Ani' 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1 szt. 180 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) makaron ciemny 200 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) mus truskawkowy 100 g jogurt naturalny 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	wafle ryżowe 30 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1 735,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 62,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 59 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 252,3 <b>Sól [g]</b> 4,5 <b>Sacharoza [g]</b> 16,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,6 <b>Sód [mg]</b> 1 958,1
2026-04-05 niedziela	Rehabilit. Podstawa Poddejbice	zupa żurek na zakwasie 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) kielbasa biała parzona 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) chrzan 20 g salata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) pomidor 50 g MASŁO 82% 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 172,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 92,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 89,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 261,6 <b>Sól [g]</b> 6,4 <b>Sacharoza [g]</b> 14,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 24,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 42,3 <b>Sód [mg]</b> 2 581,5

2026-04-05 niedziela	Zoll Podstawa Poddębice		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GÓRCZYCA</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2025</b> Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 261,4 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 14,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 594,9
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GÓRCZYCA</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GÓRCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2264,2</b> Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 267,8 Sól [g] 7,9 Sacharoza [g] 15,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Sód [mg] 3 195,5
	Zoll Cukrzyca Poddębice	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	połędwica sopočka wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GÓRCZYCA</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2105,4</b> Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 264,9 Sól [g] 7,5 Sacharoza [g] 12,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Sód [mg] 3 017,7

2026-04-06 poniedziałek	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) babka piaskowa "zebra" 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka gotowana wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pomidor 50 g masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2007,3</b> Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Sód [mg] 2 233,3
	ZoII Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml babka piaskowa "zebra" 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )		zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka gotowana wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) Pomidor 50 g masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2096,8</b> Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Sód [mg] 2 233
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 200 ml babka piaskowa "zebra" 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	chrupki kukurydziane 50 g	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka gotowana wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pomidor 50 g masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 200 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2070,6</b> Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 297,1 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Sód [mg] 1 924,5

2026-04-06 poniedziałek	Zoll Cukrzyca Poddebiące	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 200 ml babka piaskowa "zebra" 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	chrupki kukurydziane 50 g	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z kapusty pekińskiej 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka gotowana wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) Pomidor 50 g masło (B) 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 200 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2070,1</b> Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Sód [mg] 1 924,2
	Rehabilit. Podstawa Poddebiące	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g szynka połówkowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa zabieleną z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połówka 'Ani' 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1714,8</b> Białko ogółem [g] 62,1 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Sód [mg] 2 106
	Zoll Podstawa Poddebiące	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) szynka połówkowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) marmolada owocowa 30 g Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa zabieleną z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) surówka wielowarzywna 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połówka 'Ani' 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1613,6</b> Białko ogółem [g] 59,7 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 258,9 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 14,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 1 949,6
2026-04-07 wtorek	Rehabilit. Cukrzyca Poddebiące	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser biały krajanka ze szczypiorkiem 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka połówkowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa koperkowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) surówka wielowarzywna 120 g kisiel pitny 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) połówka 'Ani' 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1891</b> Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 11,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Sód [mg] 2 163,8

2026-04-07 wtorek	Zoll Cukrzyca Poddębice ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) ser biały krajanka ze szczypiorkiem 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka poledwiczna 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa koperkowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) surówka wielowarzywna 120 g kisziel pitny 250 ml	salatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) poledwica 'Ani' 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) rzodkiewka 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 891</b> Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 11,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Sód [mg] 2 163,8
	Rehabilit. Podstawa Poddębice zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) poledwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) pomidor 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka bartenka 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 282,9</b> Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 2 232,9
2026-04-08 środa	Zoll Podstawa Poddębice zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) poledwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml pomidor 50 g		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka bartenka 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 282,9</b> Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 2 232,9
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) poledwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) pomidor 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	chrupki kukurydziane 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml ( <b>SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków z cebulką 120 g woda z miętą i cytryną 250 ml	jabłko 120 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka bartenka 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 325,6</b> Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Sód [mg] 2 289,7

2026-04-08 środa	Zoili Cukrzyca Poddębice	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) pasztet wieprz.-drob. z blachy 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA</b> ) połędwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml pomidor 50 g	chrupki kukurydziane 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml ( <b>SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków z cebulką 120 g woda z miętą i cytryną 250 ml	Jabłko 120 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) Szynka bartenika 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 325,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 325,8 <b>Sól [g]</b> 5,3 <b>Sacharoza [g]</b> 18,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,7 <b>Sód [mg]</b> 2 289,7
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) twarożek 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka połędwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) sztućka mięsa gotowana z sosem cebulowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka złocista 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 093,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 302,5 <b>Sól [g]</b> 5,1 <b>Sacharoza [g]</b> 19,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 36,4 <b>Sód [mg]</b> 2 031,3
2026-04-09 czwartek	Zoili Podstawa Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) twarożek 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka połędwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) sztućka mięsa gotowana z sosem cebulowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka złocista 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) Jabłko 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 016,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 82,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 302,4 <b>Sól [g]</b> 5,1 <b>Sacharoza [g]</b> 19,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21 <b>Sód [mg]</b> 2 050,7
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) twarożek 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka połędwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) sztućka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka złocista 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 1 844,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 81,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 60,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 260,2 <b>Sól [g]</b> 6 <b>Sacharoza [g]</b> 11,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,8 <b>Sód [mg]</b> 2 424,6

2026-04-09 czwartek	Zoll Cukrzyca Poddębice	plątki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) twarożek 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka poledwicowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka złocista 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) jablko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło mix (3) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 767,5</b> <b>Białko ogółem [g] 81,1</b> <b>Tłuszcz [g] 51,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 260,1</b> <b>Sól [g] 6</b> <b>Sacharoza [g] 11,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4</b> <b>Sód [mg] 2 444</b>
	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		kaszancka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 867,1</b> <b>Białko ogółem [g] 67</b> <b>Tłuszcz [g] 74,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 244,4</b> <b>Sól [g] 6,5</b> <b>Sacharoza [g] 10,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</b> <b>Sód [mg] 2 618,8</b>	
2026-04-10 piątek	Zoll Podstawa Poddębice	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		kaszancka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) szynka poledwicowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 867,1</b> <b>Białko ogółem [g] 67</b> <b>Tłuszcz [g] 74,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 244,4</b> <b>Sól [g] 6,5</b> <b>Sacharoza [g] 10,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 22,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</b> <b>Sód [mg] 2 618,8</b>	

2026-04-10 piątek	Rehabilit. Cukrzyca Podstępnie	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 40 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 30 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 10 g ( <b>MLEKO</b> )	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) woda z miętą i cytryną 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 200 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) szynka połówkowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 662,5</b> <b>Białko ogółem [g] 97,5</b> <b>Tłuszcz [g] 143,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 264,5</b> <b>Sól [g] 7,3</b> <b>Sacharoza [g] 8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 37,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8</b> <b>Sód [mg] 2 914,5</b>
	Zoll Cukrzyca Podstępnie	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g ( <b>MLEKO</b> )	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki 200 g Filet z miruny panierowany pieczony 100 g ( <b>GLUTEN, RYBY</b> ) surówka z kiszzonej kapusty 120 g ( <b>GORCZYCA</b> ) woda z miętą i cytryną 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 200 g	kaszanka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) szynka połówkowa 25 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 530,6</b> <b>Białko ogółem [g] 91,8</b> <b>Tłuszcz [g] 135,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 254,5</b> <b>Sól [g] 7,1</b> <b>Sacharoza [g] 8,9</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7</b> <b>Sód [mg] 2 828,9</b>
2026-04-11 sobota	Rehabilit. Podstawa Podstępnie	płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) połówka z warzywami 30 g połówka drobiowa z wieprzowiną 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> )		zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER</b> ) naleśniki z marmoladą wieloowocową 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml		pasztetowa 30 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) szynka połówkowa 20 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g ( <b>GORCZYCA</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 112,2</b> <b>Białko ogółem [g] 62,2</b> <b>Tłuszcz [g] 71,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 318,4</b> <b>Sól [g] 4,8</b> <b>Sacharoza [g] 21,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2</b> <b>Sód [mg] 2 079,1</b>

2026-04-11 sobota	Zoll Podstawa Poddębice	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO</b>)                      polędwica z warzywami 30 g                      polędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      herbata 250 ml                      ogórek kiszony 50 g (<b>SELER, GORCZYCA</b>)</p>	<p>zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (<b>GLUTEN, SOJA, SELER</b>)                      naleśniki z marmoladą wieloowocową 300 g (<b>GLUTEN, JAJA</b>)                      jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (<b>MLEKO</b>)                      napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>pasztetowa 30 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      szynka polędwicowa 20 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b>)                      sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (<b>GORCZYCA</b>)                      pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 112,2                      Białko ogółem [g] 62,2                      Tłuszcz [g] 71,5                      Węglowodany ogółem [g] 318,4                      Sól [g] 4,8                      Sacharoza [g] 21,1                      Błonnik pokarmowy [g] 27,3                      Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2                      Sód [mg] 2 079,1</p>	
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO</b>)                      polędwica z warzywami 30 g                      polędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      herbata b/c 250 ml                      ogórek kiszony 50 g (<b>SELER, GORCZYCA</b>)</p>	<p>sok pomidorowy 200ml 1 szt</p> <p>zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (<b>GLUTEN, SELER</b>)                      kasza jęczmienna 200 g (<b>GLUTEN</b>)                      klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>)                      surówka z marchewki 120 g                      napój owocowy pomarańczowy 250 ml</p>	<p>pomarańcza 1/2 szt. 100 g</p>	<p>pasztetowa 30 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      szynka polędwicowa 20 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b>)                      sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (<b>GORCZYCA</b>)                      pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      herbata b/c 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 930,4                      Białko ogółem [g] 67,2                      Tłuszcz [g] 66,7                      Węglowodany ogółem [g] 284,9                      Sól [g] 5,7                      Sacharoza [g] 19,1                      Błonnik pokarmowy [g] 39,6                      Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1                      Sód [mg] 2 464,5</p>
	Zoll Cukrzyca Poddębice	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>GLUTEN, MLEKO</b>)                      polędwica z warzywami 30 g                      polędwica drobiowa z wieprzowiną 20 g (<b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      herbata b/c 250 ml                      ogórek kiszony 50 g (<b>SELER, GORCZYCA</b>)</p>	<p>sok pomidorowy 200ml 1 szt</p> <p>zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400 ml (<b>GLUTEN, SELER</b>)                      kasza jęczmienna 200 g (<b>GLUTEN</b>)                      klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>)                      surówka z marchewki 120 g                      napój owocowy pomarańczowy 250 ml</p>	<p>pomarańcza 1/2 szt. 100 g</p>	<p>pasztetowa 30 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b>)                      szynka polędwicowa 20 g (<b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b>)                      pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (<b>GLUTEN</b>)                      masło (2) 20 g (<b>MLEKO</b>)                      sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (<b>GORCZYCA</b>)                      herbata b/c 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 1 930,4                      Białko ogółem [g] 67,2                      Tłuszcz [g] 66,7                      Węglowodany ogółem [g] 284,9                      Sól [g] 5,7                      Sacharoza [g] 19,1                      Błonnik pokarmowy [g] 39,6                      Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1                      Sód [mg] 2 464,5</p>

2026-04-12 niedziela	Rehabilit. Podstawa Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) parówka studencka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) mus jabłkowy 100 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa cienka wieprzowa 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 213,4</b> Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Sód [mg] 2 133,5
	ZoII Podstawa Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) parówka studencka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) mus jabłkowy 100 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g Surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml		kielbasa cienka wieprzowa 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 083,5</b> Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Sód [mg] 2 133,4
	Rehabilit. Cukrzyca Poddębice	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) parówka studencka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml Jabłko 120 g	ser żółty (1) 30 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 30 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 10 g ( <b>MLEKO</b> )	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g woda z miętą i cytryną 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g ( <b>MLEKO</b> )	kielbasa cienka wieprzowa 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 342,4</b> Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 271,4 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1 Sód [mg] 2 504

2026-04-12 niedziela	Zoll Cukrzyca Poddejście	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) parówka studencka 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) Jablko 120 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 30 g ( <b>GLUTEN</b> ) masło (2) 10 g ( <b>MLEKO</b> )	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z buraczków 120 g woda z miętą i cytryną 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g ( <b>MLEKO</b> )	kielbasa cienka wieprzowa 40 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ser żółty (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło (2) 20 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2368,8</b> Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 103,5 Węglowodany ogółem [g] 271,9 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Sód [mg] 2 357,3
----------------------	--------------------------	---	--	--	--	---	---